

## Urheberrechtliche Hinweise zur Nutzung Elektronischer Bachelor-Arbeiten

Die auf dem Dokumentenserver der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern (ZHB) gespeicherten und via Katalog IDS Luzern zugänglichen elektronischen Bachelor-Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit dienen ausschliesslich der wissenschaftlichen und persönlichen Information.

Die öffentlich zugänglichen Dokumente (einschliesslich damit zusammenhängender Daten) sind urheberrechtlich gemäss Urheberrechtsgesetz geschützt. Rechtsinhaber ist in der Regel<sup>1</sup> die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Der Benutzer ist für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlich.

Die Nutzungsrechte sind:

- Sie dürfen dieses Werk vervielfältigen, verbreiten und mittels Link darauf verweisen. Nicht erlaubt ist hingegen das öffentlich zugänglich machen, z.B. dass Dritte berechtigt sind, über das Setzen eines Linkes hinaus die Bachelor-Arbeit auf der eigenen Homepage zu veröffentlichen (Online-Publikationen).
- Namensnennung: Sie müssen den Namen des Autors/Rechteinhabers bzw. der Autorin/Rechteinhaberin in der von ihm/ihr festgelegten Weise nennen.
- Keine kommerzielle Nutzung. Alle Rechte zur kommerziellen Nutzung liegen bei der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, soweit sie von dieser nicht an den Autor bzw. die Autorin zurück übertragen wurden.
- Keine Bearbeitung. Dieses Werk darf nicht bearbeitet oder in anderer Weise verändert werden.

Allfällige abweichende oder zusätzliche Regelungen entnehmen Sie bitte dem urheberrechtlichen Hinweis in der Bachelor-Arbeit selbst.

Sowohl die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit als auch die ZHB übernehmen keine Gewähr für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der publizierten Inhalte. Sie übernehmen keine Haftung für Schäden, welche sich aus der Verwendung der abgerufenen Informationen ergeben.

Die Wiedergabe von Namen und Marken sowie die öffentlich zugänglich gemachten Dokumente berechtigen ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen und Marken im Sinne des Wettbewerbs- und Markenrechts als frei zu betrachten sind und von jedermann genutzt werden können.

Luzern, 15. März 2010

Hochschule Luzern  
Soziale Arbeit



Dr. Walter Schmid  
Rektor

---

<sup>1</sup> Ausnahmsweise überträgt die HSLU SA das Urheberrecht an Studierende zurück. In diesem Fall ist der /die Studierende/r Rechtsinhaber.

**Die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit**

**empfiehlt diese Bachelor-Arbeit**

**besonders zur Lektüre!**



# Empathie und ihre Bedeutung für die beratende Sozialarbeit

---

BACHELORARBEIT  
HOCHSCHULE LUZERN, SOZIALE ARBEIT

HEINZ REUTLINGER

27. Juli 2009

**Bachelorarbeit**  
Ausbildungsgang **Sozialarbeit**  
Kurs **BB/TZ 2005-2009**

**Heinz Reutlinger**

**Empathie und ihre Bedeutung für die beratende Sozialarbeit**

Diese Bachelorarbeit wurde eingereicht im August 2009 in 4 Exemplaren zur Erlangung des vom Fachhochschulrat der Hochschule Luzern ausgestellten Diploms für **Sozialarbeit**.

---

Diese Arbeit ist Eigentum der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Sie enthält die persönliche Stellungnahme des Autors/der Autorin bzw. der Autorinnen und Autoren.

---

Veröffentlichungen – auch auszugsweise – bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung durch die Leitung Bachelor.

---

Reg. Nr.:

## **Vorwort der Schulleitung**

Die Bachelorarbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelorarbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von zehn Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Sozialarbeiterisches Denken und Handeln ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es ist daher nahe liegend, dass die Diplomandinnen und Diplomanden ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelorarbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen SozialarbeiterInnen mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachleuten aufgenommen werden.

Luzern, im August 2009

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit  
Leitung Bachelor

**ABSTRACT**

*Vorliegende Bachelorarbeit befasst sich mit Wesen und Ursprung der Empathie und beschreibt ihre Bedeutung für die Beratungstätigkeit in der Sozialarbeit. Empathie ist eine angeborene Fähigkeit, welche durch die Funktion der Spiegelneurone im Gehirn ermöglicht wird. Sie wurde von der Evolution herausgebildet, weil sich damit intuitiv Befindlichkeit und Absichten von Mitmenschen erkennen lassen. Daraus resultiert ein Anpassungsvorteil in der sozialen Umwelt. Empathische Prozesse werden reflexartig ausgelöst, sobald bei einem Gegenüber affektive Signale erkannt werden. Auch die Wahrnehmung der Situation von Hilfebedürftigen kann denselben Auslösemechanismus aktivieren. Die Persönlichkeitskomponenten der beobachtenden Person beeinflussen den Verlauf des empathischen Geschehens und bestimmen, ob und wie es sich in einer prosozialen Handlung äussert.*

*Beratungsbeziehungen sind geprägt durch Nähe und intensive Auseinandersetzung mit belastenden Aspekten der KlientInnen. Sie lösen bei Sozialarbeitenden empathische Prozesse aus. Die Beratenden sind dabei aber nicht einfach Spielball ihrer genetischen Programmierung, sondern können die Vorgänge auf Ebenen der Persönlichkeitsreflexion, beruflichen Haltung und Fachkompetenz steuern. Mit einer empathischen Haltung werden Ratsuchende ganzheitlich wahrgenommen und sie ermöglicht ihnen, sich ihren Problemen zu stellen und eigene Lösungsansätze zu entwickeln. Empathie ist für Beratungsprozesse eine wertvolle Bereicherung. Sie kann sich aber in Verbindung mit bestimmten Persönlichkeitsstrukturen der Beratenden in Über-Identifikation oder Vermeidungshaltungen äussern und eine erfolgreiche Unterstützung verhindern und gar verunmöglichen.*

# INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort der Schulleitung	3
Abstract	4
<b>Einleitung</b>	<b>8</b>
<b>Teil 1 Dimensionen der Empathie</b>	<b>10</b>
1.1 Definitionen	10
1.2 Die Geschichte des Empathiebegriffs	13
1.3 Verwandte Begriffe	14
1.3.1 Einfühlung / Einfühlungsvermögen	14
1.3.2 Mitgefühl	15
1.3.3 Mitleid	15
1.3.4 Sympathie	15
1.3.5 Interpersonales Verstehen	16
1.4 Empathie als Prozess	16
1.4.1 Ausdrucksvermittelte Empathie	17
1.4.2 Situationsvermittelte Empathie	19
1.4.3 Empathie als Basis für prosoziales Handeln	20
<b>Teil 2 Erklärungsansätze</b>	<b>24</b>
2.1 Spiegelneurone	24
2.1.1 Funktionsweise	24
2.1.2 Spiegelneurone und Empathie	25
2.1.3 Das empathische Rauschen	26
2.2 Die Phylogenese der Empathie	27
2.2.1 Evolutionäre psychische Mechanismen	28
2.2.2 Herdentrieb, Stimmungsübertragung und Pflegeverhalten	29
2.2.3 Kooperation	30
2.2.4 Das egoistische Gen	30

---

2.3	Die Ontogenese der Empathie	32
2.3.1	Die Kognifizierung der Affektansteckung	32
2.3.2	Die Sozialisation der Empathie	34
2.3.3	Die dunkle Seite der Empathie	35
<b>Teil 3</b>	<b>Beratende Sozialarbeit und Empathie</b>	<b>38</b>
3.1	Grundzüge der beratenden Sozialarbeit	38
3.1.1	Die Profession Soziale Arbeit	38
3.1.2	Berufsgruppen der Sozialen Arbeit	39
3.1.3	Beratung in der Sozialarbeit	41
3.1.4	Beratungsbeziehungen in der Sozialarbeit	42
3.1.5	Der personenzentrierte Ansatz	43
3.2	Empathische Prozesse in Beratungsbeziehungen	46
3.2.1	Empathieauslösung in Beratungen	46
3.2.2	Empathische KlientInnen	49
3.2.3	Die Empathiewippe	50
<b>Teil 4</b>	<b>Die Gestaltung von empathischen Prozessen</b>	<b>57</b>
4.1	Drei Ebenen der Empathiegestaltung	57
4.1.1	Persönlichkeit	58
4.1.2	Berufliche Haltung	61
4.1.3	Fachkompetenzen	62
4.2	Empathiearbeit	64
4.2.1	Empathiesteuerung auf der Persönlichkeitsebene	64
4.2.2	Empathiesteuerung durch die berufliche Haltung	66
4.2.3	Empathiesteuerung durch Fachkompetenzen	67
<b>Fazit</b>		<b>70</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>		<b>74</b>

# ABBILDUNGSVERZEICHNIS

---

Abb. 1	Breites Modell empathischer Prozesse (nach Preston & de Waal)	12
Abb. 2	Modell der ausdrucksvermittelten Empathie (nach Bischof-Köhler)	17
Abb. 3	Modell der situationsvermittelten Empathie (nach Bischof-Köhler)	19
Abb. 4	Modell der empathischen Motivierung (nach Bischof-Köhler)	48
Abb. 5	Modell der Empathiewippe (nach Morina)	51
Abb. 6	Modell der Empathiewippe für die Sozialarbeit (nach Morina, Anpassungen durch den Autor)	55
Abb. 7	Tabelle zu den Persönlichkeitsebenen (nach Eysenck / Bischof-Köhler)	58

---

# EINLEITUNG

---

Eine empathische Haltung von Beratenden in der Sozialarbeit und anderen helfenden Berufen wird heute allgemein als selbstverständlich und tragend für gelingende Unterstützungsprozesse vorausgesetzt. Empathie wird dabei meist als Einfühlung oder einfühlerndes Verstehen aufgefasst. Ein genaueres Hinsehen zeigt aber schnell, wie schwer fassbar und diffus der Begriff ist. Empathie scheint auf der einen Seite eine geheimnisvolle, intuitive und ausserhalb unserer Wahrnehmung liegende Fähigkeit zum Brückenschlag zu anderen Individuen zu sein. Andererseits wird sie in helfenden Berufen als eine professionelle Haltung gefordert oder als Methode für eine erfolgreiche Hilfestellung verstanden. Hier stellen sich grundlegende Fragen nach Wesen und Entstehung der Empathie: Ist sie eine persönliche Eigenschaft von Beratenden, die durch die individuelle Persönlichkeitsstruktur bestimmt und als fixe Grösse in den Beratungsprozess hineingetragen wird - oder ist sie eine erlern-, steuer- und kontrollierbare Fähigkeit, die zum Repertoire der Fachkompetenzen gehört? Die Vermutung liegt nahe, dass es sich bei der empathischen Fähigkeit um eine Kombination der beiden Ebenen handelt, was Fragen nach Ablauf und Struktur von empathischen Prozessen aufwirft. Im Sinne einer bewussten und zielgerichteten Beziehungsgestaltung in sozialarbeiterischen Beratungen muss es Berufsleute interessieren, wie empathische Prozesse ausgelöst werden, welche Phasen sie durchlaufen, inwieweit sie steuerbar sind und wie sie sich für eine gelingende Hilfestellung nutzbar machen lassen. Wenn Empathie ein unverzichtbarer Bestandteil der „Rezeptur“ von erfolgreichen Beratungen ist, gibt es auch eine angemessene Dosierung ihrer Intensität. Obwohl sie wahrscheinlich schwer messbar ist, müssen immerhin Indikatoren für eine Über- oder Unterdosierung existieren. Zu viel Empathie dürfte Beratungsprozesse ebenso behindern oder gar verunmöglichen, wie auf der anderen Seite ein mangelndes oder ganz ausbleibendes Einfühlungsvermögen.

Vorliegende Arbeit soll einen Beitrag zur Klärung der beschriebenen Ausgangslage liefern. In einer ersten zentralen Fragestellung geht es um das Wesen und den Ursprung von Empathie. Was ist unter dem Begriff zu verstehen und wie lassen sich ihre Entstehung und Funktion erklären? Ein zweiter Fragenkomplex beschäftigt sich mit der Bedeutung von empathischen Prozessen für helfende Berufe, insbesondere für die Beratungstätigkeit in der Sozialarbeit. Es geht dabei um Fragen, wie Empathie in der Beratungssituation entsteht, welchen Einfluss sie auf die Beteiligten und den Beratungserfolg hat und welche förderlichen oder hinderlichen Wirkungen sie entfaltet. In einer dritten zentralen Fragestellung geht es um Einflussmöglichkeiten auf das empathische Geschehen. Untersucht wird, welche Komponenten der Empathie sich überhaupt beeinflussen lassen, auf welchen Ebenen das geschieht und wie Sozialarbeitende empathische Prozesse bewusst in ihr professionelles Handeln einbinden können.

Ziel der vorliegenden Arbeit ist primär das Erarbeiten eines vertieften Wissens über die Grundbedingungen der Empathie und die Ableitung von Konsequenzen für die beratende Sozialarbeit. Von grossem Interesse sind dabei konkrete Handlungsanregungen für den Einsatz von Empathie in der Beratung, wie sie nutzbar gemacht und gesteuert werden kann, aber auch wo die Grenzen und Risiken liegen. Es soll eine Sensibilisierung für das Thema stattfinden, die als Basis einer kritischen Auseinandersetzung mit dem Empathiebegriff dient. Um die Aussagen auf ein solides wissenschaftliches Fundament zu stellen, wird im Laufe der vorliegenden Arbeit Wissen aus der Fachliteratur zusammengetragen und diskutiert. Der Wissensvorrat der Profession Soziale Arbeit hält nicht alle Antworten bereit. Dazu muss Fachliteratur aus der Psychologie, Biologie, Neurophysiologie oder Soziologie beigezogen werden. Aus der Gegenüberstellung und Diskussion der wissenschaftlichen Befunde lassen sich relevante Erkenntnisse für das Berufsfeld der Sozialarbeit ableiten.

Vorliegende Arbeit spricht nicht nur Professionelle der Sozialen Arbeit (oder explizit aus der Berufsgruppe der Sozialarbeit) an. Sie soll für alle Tätigen im therapeutischen Bereich oder in anderen helfenden und beratenden Berufsfeldern praxisnahe Erkenntnisse entwickeln. Da Empathie eine Ebene jeder zwischenmenschlichen Beziehung ist, kann das Thema der Arbeit aber durchaus für einen weit grösseren Leserkreis von Interesse sein.

Der Aufbau des Textes präsentiert sich wie folgt: Der erste Teil befasst sich mit dem Wesen der Empathie. Die wesentlichen Begriffe werden erklärt und voneinander abgegrenzt, und es folgt ein kurzer Abriss über die Geschichte des Empathiebegriffs. Zudem werden Modelle vorgestellt, die sich mit dem Phänomen der Einfühlung beschäftigen. Nach der Erläuterung der Grundlagen geht es im zweiten Teil um einen vertieften Blick auf das empathische Geschehen. Wissen über Entstehung, Struktur, Prozess und Wirkung von Empathie aus verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen wird vorgestellt. Psychologische Ansätze ergänzen neurophysiologische Erkenntnisse. Zentral im zweiten Teil ist die Frage nach der Entstehung von Empathie in der Phylo- und Ontogenese des Menschen (evolutionäre und entwicklungspsychologische Sichtweise). Im dritten Teil der Arbeit rückt dann die Sozialarbeit in den Mittelpunkt. Gerade weil sich der Text nicht nur an Tätige dieser Berufsgruppe richtet, werden zuerst die Grundzüge der Profession genauer beschrieben und die Bedeutung von Beratung und Beratungsbeziehungen erläutert. Im Weiteren werden Erscheinungsformen und Auswirkungen von empathischen Prozessen im beruflichen Alltag der beratenden Sozialarbeit beleuchtet. Es geht um förderliche Aspekte, aber auch um Gefahren und Risiken der Einfühlung. Im vierten und letzten Teil wird die Beeinflussung von empathischen Prozessen durch Persönlichkeit, berufliche Haltung und Fachkompetenz von Sozialarbeitenden diskutiert. Daraus ergeben sich konkrete Handlungsoptionen für einen bewussten und dem Wohle der KlientInnen verpflichteten Umgang mit Empathie.

# Teil 1

## DIMENSIONEN DER EMPATHIE

Der erste Teil beschreibt Empathie aus verschiedenen Blickwinkeln. Dabei geht es um eine Annäherung an den Begriff und eine erste Bekanntschaft mit den unterschiedlichen Ebenen des Phänomens. Beleuchtet wird die geschichtliche Dimension der Begriffsentwicklung und verwandte Begriffe aus dem Umfeld der Empathie werden definiert und abgegrenzt. Eine funktionale Sichtweise richtet dann den Blick auf das Zusammenwirken der Komponenten von Empathie.

### 1.1 Definitionen

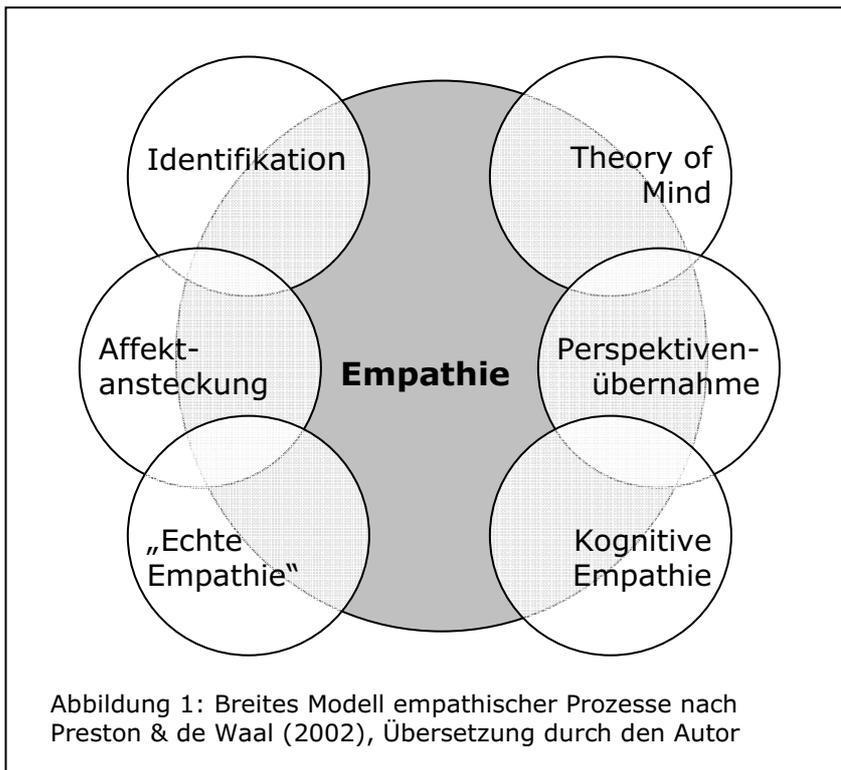
Eine erste Annäherung an den Begriff der Empathie erfolgt nun aus der Gegenüberstellung von verschiedenen Definitionen. Franz Stimmer (2000) umschreibt den Begriff wie folgt: „Unter Empathie versteht man die Fähigkeit, sich in die Situation und die emotionale Lage einer anderen Person hineinzusetzen, sie durch inneren Nachvollzug zu verstehen und ihr künftiges Handeln abschätzen zu können“ (S. 161). Ein ähnlicher Ansatzpunkt findet sich bei Michael Basch (1963), der Empathie als die Fähigkeit beschreibt, Gefühle, Gedanken und Motive eines anderen so zu verstehen, als wären es die eigenen und dennoch auf Distanz zu bleiben (S. 103). Beide Autoren vertreten somit die Ansicht, dass es sich bei Empathie um eine *Fähigkeit* handelt, welche dazu dient, sich in andere Menschen hineinzusetzen, sie zu verstehen und ihr Handeln vorauszusagen. Diese Aspekte des Empathiebegriffs bezeichnet Frank Schwab (2004) als *kognitive Empathie*. Sie bezieht sich auf Situationen, in denen ein Individuum den Zustand einer anderen Person mit Hilfe kognitiver Prozesse versteht. Ein zentraler Mechanismus ist dabei die *Perspektivenübernahme*. (S. 82/83)

Einen deutlich anders gewichteten Ansatz für eine Empathiedefinition findet man bei Wolfgang Friedlmeier (1993): „Empathie ist eine affektive Reaktion, die von der Wahrnehmung des emotionalen Zustands oder der Lage eines anderen stammt, die stellvertretendes Miterleben umfasst und sich durch auf den anderen orientierte Aufmerksamkeit und Gefühle auszeichnet“ (S. 33). In ähnlicher Weise beschreibt Martin L. Hoffmann (1982, zit. in Bischof-Köhler, 1989, S. 43) Empathie als mitempfundene emotionale Reaktion, die mehr der Situation eines anderen als der eigenen angemessen ist. Beide Autoren betonen somit deutlich den emotionalen Aspekt. Es kommt zu einer *Affektanste-*

ckung, die Schwab (2004) als emotionalen Zustand in einem Beobachter beschreibt, der auf einer direkten Wahrnehmung des Zustands eines anderen basiert. Er führt weiter aus, dass bei einer Affektansteckung sogar die Unterscheidung zwischen Subjekt und Objekt verloren geht. (S. 82)

Offensichtlich gibt es *kognitive* und *emotionale Aspekte* der Empathie, welche von verschiedenen AutorInnen unterschiedlich gewichtet werden. Doris Bischof-Köhler (1989) weist auf historische Entwicklungen der Sichtweise hin. In der ursprünglichen Konzeption durch den Psychologen Theodor Lipps im Jahre 1907 ist die Empathie von der Gefühlsansteckung nicht zu unterscheiden. Im weiteren Verlauf der Empathieforschung geraten die kognitiven Aspekte immer mehr in den Vordergrund, bis schliesslich Empathie nicht mehr von einer Perspektivenübernahme zu unterscheiden ist. Seit den Siebzigerjahren findet aber eine Umorientierung statt, bei der die einseitige kognitive Ausrichtung der Theoriebildung revidiert und der primär emotionale Charakter des Phänomens aufgewertet wird. (S. 43) Mit den historischen Aspekten beschäftigt sich das nächste Kapitel noch näher. Es existieren offensichtlich verschiedene Empathiedefinitionen nebeneinander, die sich insbesondere durch die Gewichtung der Aspekte unterscheiden. Empathie ist ein vielschichtiges Phänomen und besteht aus verschiedenen Komponenten, die miteinander interagieren. Dazu gehören die Affektansteckung und die Perspektivenübernahme.

Weitere Komponenten lassen sich an einem Modell von Stephanie D. Preston und Frans B. M. de Waal (2002) aufzeigen (vgl. Abb. 1). So kommt auf der Seite der affektiven Empathie (hier „echte Empathie“ genannt) noch die *Identifikation* dazu. Damit ist die Tendenz von Individuen gemeint, Attribute anderer Personen (Einstellungen, Wertorientierungen, Gesten, etc.) so zu assimilieren, dass sie sich teilweise nach ihrem Vorbild umwandeln. Auf der kognitiven Seite erscheint als weitere Komponente die *Theory of Mind*. Gemeint ist damit die Fähigkeit, eine Annahme über Bewusstseinsvorgänge in anderen Personen vorzunehmen. Fritz Breithaupt (2009) schreibt: „Unter „Theory of Mind“ wird dabei verstanden, dass jemand eine Vorstellung (Theory) des Wissens, Wollens und Fühlens (also zusammengenommen: Mind) eines anderen gewinnt“ (S. 67). Sie ist eine soziale Fähigkeit, die sich schon in der frühen Kindheit entwickelt und auf der grundlegenden Fähigkeit zur Ich-Andere-Unterscheidung basiert.



Empathie präsentiert sich als breites Phänomen, das verschiedene Prozesse umfasst. Nach Schwab (2004) dienen die Vorgänge dazu, die internen Zustände anderer zu erschliessen, wobei der Zustand des Objekts im Subjekt modelliert wird. Benutzt werden dazu die verschiedenen Möglichkeiten des Gehirns, um die Welt zu verstehen. (S. 85) Die Prozesse bedingen und beeinflussen sich gegenseitig. Weitere Ausführungen zu den vielfältigen Verknüpfungen der Komponenten von Empathie finden sich in Kapitel 1.4. Nach Roland Wöhrle-Chon (2001) stimmen heute die meisten AutorInnen darin überein, dass Empathie primär ein affektives, spontanes Reaktionsvermögen und eine emotionale Fähigkeit ist (S. 27). Sie erfolgt als Betroffenheitsreaktion und gehört zu den emotionellen Grunderfahrungen der Menschen. Andere Komponenten, wie in Abbildung 1 aufgezeigt, beeinflussen den weiteren Verlauf des Prozesses.

Empathie ist ein mehrdimensionales Phänomen und kann in eine emotionale und eine kognitive Ebene mit ihren jeweils spezifischen Ausprägungen unterschieden werden. Für die vorliegende Arbeit bietet sich eine breite Definition des Begriffes an, um möglichst viele Komponenten einzubeziehen. Folgende Definition von Wöhrle-Chon (2001) dient als Basis für die weiteren Ausführungen. Sie ist zwar, wie der Urheber selber ausführt, nicht sehr scharf, dafür wird sie der Mehrdimensionalität des Begriffes gerecht:

Empathie ist ein Oberbegriff für alle Reaktionsformen, die sich auf das Miterleben, Mitfühlen, Mitleiden oder Nachempfinden der emotionalen Vorgänge (Gefühle oder Bedürfnisse) eines anderen beziehen und die primär affektiven emotionalen Charakter besitzen, aber situationsabhängig und individuell verschieden jeweils mehr kognitive oder affektive Anteile beinhalten und von kognitiven Faktoren begleitet oder beeinflusst werden können sowie kognitive Prozesse auslösen können. (S. 31/32)

In der ersten Annäherung an den Empathiebegriff haben sich bereits verschiedene Ebenen des Phänomens eröffnet. Mit dem Einbezug der historischen Perspektive beschreibt das nächste Kapitel eine weitere Dimension der Empathie.

## 1.2 Die Geschichte des Empathiebegriffs

Im Forum der Psychoanalyse schreibt Jürgen Körner (1998) zur Geschichte des Begriffs „Empathie“, dass es sich eigentlich um ein Kunstwort handelt. Geschaffen wird es 1909, als der amerikanische Psychologe Titchener eine Übersetzung für das deutsche Wort „Einfühlung“ sucht. In Anlehnung an das griechische „empathia“ (Hineinfühlen) und an den englischen Begriff „sympathy“ entstehen die Wortschöpfungen „empathy“ und „to empathize with“. Somit handelt es sich bei den Begriffen „Empathie“ und „Einfühlung“ durchaus um Synonyme. Der Begriff der Einfühlung seinerseits stammt aus der Epoche der Aufklärung und deutschen Romantik. Der Philosoph Hermann Lotze (1858, zit. in Körner, 1998, S. 3) schreibt: „Einfühlung ist der Weg, das Fremdartige selbst zu erleben – nicht als Projektion, sondern als eine Art Teilhabe, als ein Sich-Ansprechen-Lassen, ein Mitträumen.“ Theodor Lipps, selbst ein Philosoph, verwandelt 1903 den philosophischen Einfühlungsbegriff in einen psychologischen Terminus. Er postuliert, dass die Wahrnehmung von Emotionen eines Gegenübers automatisch und ohne intervenierende Prozesse dieselbe Emotion im Wahrnehmenden auslöst. Wie diese Affektansteckung genau funktioniert, erklärt Lipps in seiner Theorie des „Motor Mimikry“. Sie geht von der Hypothese aus, dass es einen Zwang beim Menschen zu motorischer Nachahmung gibt.

Den weiteren Verlauf der Theorieentwicklung beschreibt Schwab (2004) als eine Aufspaltung in zwei Richtungen. Es entwickelt sich eine Theorielinie, die insbesondere die Ebenen der Affektansteckung und Identifikation betont. Ein bekannter Vertreter dieser Richtung ist der englisch-amerikanische Psychologe William McDougall. Eine andere Theorielinie beleuchtet mehr die kognitiven Aspekte der Empathie. Dabei stehen Projektion, Imitation und Imagination im Zentrum. Empathie und Perspektivenübernahme werden dabei teilweise gleichgesetzt, was die Folgerung zulässt, dass nur die Spezies Mensch mit ihren besonderen kognitiven Fähigkeiten empathisch sein kann. Eine wichtige Vertreterin der zweiten Ausrichtung ist Norma D. Feshbach. In ihrem Dreikomponentenmodell beschreibt

Feshbach (1986, zit. in Bischof-Köhler, 1989, S. 13) die drei Grundvoraussetzungen für Empathie als die Fähigkeit, Zustände anderer zu erkennen und zu benennen, die Fähigkeit der Perspektiven- und Rollenübernahme und die emotionale Erlebnisfähigkeit. Mit zwei von drei Voraussetzungen liegt das Schwergewicht deutlich auf den kognitiven Aspekten.

Einen wichtigen Beitrag für die Entwicklung des Empathiekonzeptes leistet der amerikanische Psychologe und Psychotherapeut Carl Rogers. In den Vierzigerjahren beginnt er mit der Entwicklung seiner klientenzentrierten Psychotherapie, in der Empathie (neben Akzeptanz und Kongruenz) einen Grundpfeiler darstellt. Seiner Arbeit verdankt der Empathiebegriff seine grosse Popularität in der heutigen Entwicklungs-, Sozial- und klinischen Psychologie, bis hin zur Sozialarbeit. In Rogers Ansatz wird Empathie zu einem Prozess, welcher der Kommunikation und Informationsbeschaffung in der Therapie dient. Der Ansatz wird in Abschnitt 3.1.5 näher vorgestellt.

Die fortlaufende Erweiterung des Wissens hat in der Gegenwart zu einer Synthese und Erweiterung der erwähnten Theorielinien geführt. Empathie lässt sich nicht auf eine rein kognitive oder emotionale Ebene reduzieren. Die Forschung beschäftigt sich mit der Mehrdimensionalität des Phänomens und die Beziehungen zwischen den verschiedenen Komponenten rücken ins Zentrum des Interesses. Neue Erkenntnisse aus Bezugsdisziplinen bewirken veränderte Sichtweisen. Insbesondere die Neurophysiologie liefert einen grossen Beitrag. Die Entdeckung der Spiegelneurone durch Giacomo Rizzolatti in den Neunzigerjahren ist eine wissenschaftliche Sensation. Das Vorhandensein einer biologischen Basis für Einfühlung und Mitleid hat weit reichende Auswirkungen auf das Verständnis von Empathieprozessen. Die Funktion der Spiegelneurone wird in Kapitel 2.1 beleuchtet.

### **1.3 Verwandte Begriffe**

In unmittelbarer Nähe zur Empathie finden sich verschiedene Begriffe, die einer Erklärung und Abgrenzung bedürfen. Manche Bezeichnungen wie „Mitgefühl“, „Mitleid“ oder „Sympathie“ lassen sich aber nicht trennscharf unterscheiden.

#### **1.3.1 Einfühlung / Einfühlungsvermögen**

In der Fachliteratur zum Thema werden die Begriffe „Einfühlung“ und „Einfühlungsvermögen“ häufig als Synonyme für Empathie verwendet. Die vorhin beschriebene historische Perspektive begründet eine Gleichsetzung der Begriffe. Entsprechend werden sie im weiteren Verlauf der vorliegenden Arbeit synonym verwendet.

### 1.3.2 Mitgefühl

Bei Nancy Eisenberg und P. A. Miller (1989) findet sich folgende Definition: „Mitgefühl ist eine affektive Reaktion, die von der Wahrnehmung des Zustandes eines anderen stammt und durch auf den anderen orientierte Gefühle von Betroffenheit und Bedauern charakterisiert ist“ (S. 42). Arthur P. Ciaramicoli (2001) beschreibt Mitgefühl als eine Emotion oder passive Erfahrung, bei der die Gefühle eines anderen Menschen geteilt werden (S. 105). Somit befindet sich das Mitgefühl in direkter Nähe zur Affektansteckung und kann nicht mit Empathie gleichgesetzt werden, da wesentliche Aspekte, insbesondere die kognitiven, fehlen.

### 1.3.3 Mitleid

Schwab (2004) nimmt in seiner Definition von Mitleid gleichzeitig eine Abgrenzung zur Empathie vor: „Mitleid bezieht sich auf einen Zustand, in dem das Individuum Bedauern für das Objekt fühlt, im Unterschied zur Empathie und Gefühlsansteckung kann Mitleid auch ohne übereinstimmenden Emotionszustand erlebt werden“ (S. 83). Auf eine besonders interessante Unterscheidung weist Richard S. Lazarus (1994) hin, wenn er erwähnt, dass, obwohl sich die Empathieforschung hauptsächlich mit negativen Situationen und Notlagen von anderen Personen befasst, sich Empathie durchaus auch auf positive Gefühle wie Freude, Heiterkeit und Glück bezieht, welche mitempfunden werden können. Mitleid kommt aber nur im Zusammenhang mit negativen Situationen vor. Zudem hat der Begriff manchmal einen abwertenden Beigeschmack, da Mitleidsbekundungen ein Machtgefälle signalisieren und verstärken können.

### 1.3.4 Sympathie

Im Wörterbuch der Psychologie von Werner D. Fröhlich (2000) wird der Begriff der Sympathie als eine umfassende Bezeichnung für das Mitfühlen mit anderen und der daraus hergeleiteten Zuwendung und positiven Einstellung beschrieben. Hier zeigt sich die große Nähe zum Empathiebegriff. Douglas Chrismar (1988) nimmt eine Abgrenzung der Begriffe vor: Sympathie ist an persönliche Vorlieben und Zuneigung gebunden – Empathie hingegen funktioniert unabhängig von diesen Variablen. Sympathie in Form wohlwollender Gefühle zeigt sich sporadisch, personenbezogen und bezieht sich eher auf die eigene Gruppe oder Familie. Man kann somit Sympathie auch als eine positive affektive Reaktion auf die Wahrnehmung einer anderen Person und dem daraus resultierenden Urteil über sie verstehen. Empathie hingegen ist nicht an persönliches Wohlwollen gebunden und umfasst eine breitere Palette von menschlichen Beziehungen. Chrismar (1988) bezeichnet deswegen Sympathie als einen Spezialfall von Empathie. (S. 262)

### 1.3.5 Interpersonales Verstehen

In ihrem bekannten Buch beschäftigen sich Bernard Rosemann und Michael Kerres (1986) mit dem *interpersonalen Verstehen* und führen aus, dass der Begriff weitgehend mit Empathie gleichgesetzt werden kann. Sie unterscheiden vier Komponenten des interpersonalen Verstehens:

- kognitiv-prozedurale Komponente: Fähigkeit zum Perspektivenwechsel
- affektiv-intentionale Komponente: emotionale Reaktion auf Gefühle anderer (Gefühlsansteckung)
- kommunikative Komponente: wechselseitiger Prozess der Auseinandersetzung, des Verstehens und der Konstruktion
- kognitiv-strukturelle Komponente: Kenntnis der eigenen Wahrnehmung, Reflexion, Überprüfen der Wahrnehmung, Einbezug von Wissen.

(S. 151-156)

Aus der Auflistung wird ersichtlich, dass die Autoren den Begriff des interpersonalen Verstehens sehr weit fassen. Sie schliessen auch Folgeprozesse kognitiver Art mit ein, was sich durchaus mit der Definition von Empathie durch Wöhrle-Chon deckt, die als Basis vorliegender Arbeit dient (vgl. S. 7). Obwohl die beiden Begriffe synonym genutzt werden können, wird der Terminus des interpersonalen Verstehens zugunsten der Übersichtlichkeit im Weiteren nicht verwendet.

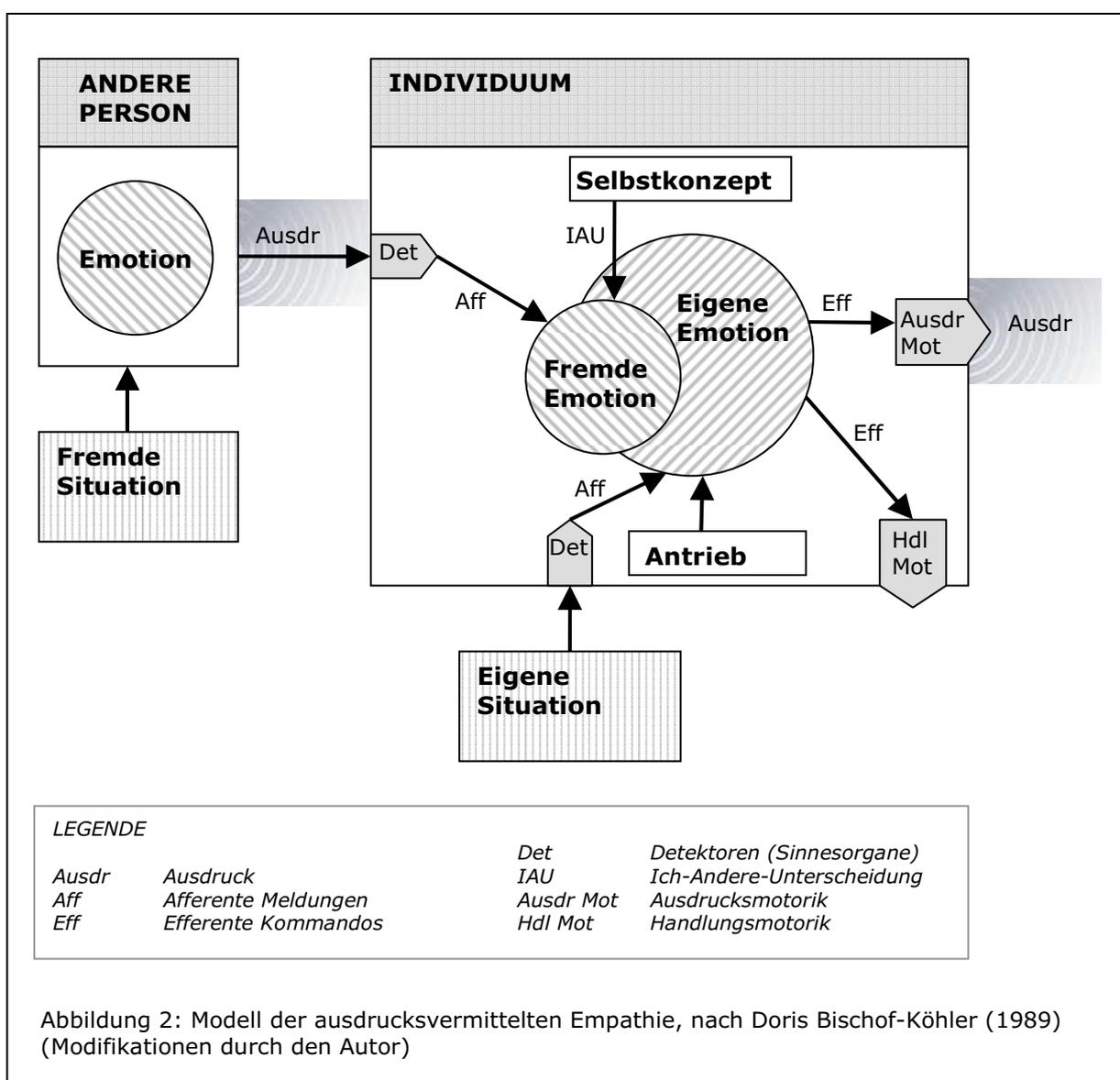
## 1.4 Empathie als Prozess

Mit den bisherigen Ausführungen ist das Feld des Empathiebegriffs grob abgesteckt. Dabei ging es vor allem um eine deskriptive Sichtweise oder, wie es Bischof-Köhler (1989) ausdrückt, um die „phänomenale Definition einer Erlebnisbegebenheit“ (S. 26). Das vorliegende Kapitel ergänzt den Blick auf die Empathie um eine weitere Dimension, indem es ihn auf die funktionale Betrachtungsweise des Phänomens lenkt. Es geht dabei um Fragen nach den Reizgrundlagen, welche empathisches Erleben auslösen, den daraus resultierenden inneren Abläufen und ihrer Umsetzung auf die Handlungsebene. Es rückt eine prozessuale Sichtweise der Empathie ins Zentrum.

Als Reizgrundlagen kommen nach Bischof-Köhler (1989) grundsätzlich zwei verschiedene Aspekte in Frage: Es ist die Wahrnehmung des Ausdrucksverhaltens einer anderen Person oder die Beobachtung der Situation, in welcher sie sich befindet. Entsprechend unterscheidet die Autorin *ausdrucksvermittelte* und *situationsvermittelte Empathie*. (S. 26) Die nachfolgenden Modelle wurden von Doris Bischof-Köhler aufgrund eigener, empirischer Forschungen mit Kleinkindern entwickelt. Die Forscherin hat mit ihren Arbeiten einen fundamentalen Beitrag zum Verständnis des Empathieprozesses geleistet.

### 1.4.1 Ausdrucksvermittelte Empathie

Ein erstes Modell von Bischof-Köhler (1989) zeigt die Funktionsweise der ausdrucksvermittelten Empathie (vgl. Abb. 2). Der Prozess beginnt mit der Wahrnehmung von Emotionen eines anderen Menschen. Das geschieht mit Hilfe von Detektoren, welche durch die menschlichen Sinnesorgane gebildet werden. Nervenfasern leiten die Eindrücke an das Zentralnervensystem weiter. Diese afferenten (zuführenden) Meldungen überlagern dann die bestehende eigene Emotionslage mit derjenigen der anderen Person. Die Gefühlslagen können durchaus sehr unterschiedlich beschaffen sein, was die gegenläufige Schraffur der Emotionsfelder in Abbildung 2 zum Ausdruck bringt.



Der bisher beschriebene Prozessausschnitt zeigt die primäre Affektansteckung. Bischof-Köhler (1989) führt aus, dass der Mechanismus zum damaligen Zeitpunkt noch nicht geklärt ist, aber einige Theorien dazu existieren. Eine kritische Auseinandersetzung mit den Ansätzen veranlasst die Autorin zu folgendem Fazit: Weder die Erklärungen durch Assoziation, klassisches Konditionieren oder durch einen Nachahmungseffekt sind genügend schlüssig, um die Affektansteckung zu verstehen. Vielmehr deutet nach Meinung von Bischof-Köhler alles auf einen angeborenen Auslösemechanismus hin. (S. 38) 1989 standen ihr die heutigen Erkenntnisse aus der Neurophysiologie noch nicht zu Verfügung. Die einige Jahre später erfolgte Entdeckung der Funktionsweise von Spiegelneuronen und ihrer grundlegenden Bedeutung für die Empathie bestätigt, dass es sich bei der Affektansteckung tatsächlich um einen biologisch bedingten Grundmechanismus im Menschen handelt.

Bevor sich die durch Affektansteckung entstandene „Gefühlsmischung“ aus eigenen und fremden Emotionen ihren Weg auf die Handlungsebene bahnen kann, finden weitere innerpsychische Prozesse statt. Ein wichtiger Faktor ist die Wirkung des Selbstkonzepts, welches durch die Fähigkeit der Ich-Andere-Unterscheidung die fremden von eigenen Emotionen zu trennen vermag. Damit lässt sich das eigene, mitempfundene Gefühl als Emotion des anderen erkennen, und es lassen sich Rückschlüsse auf die emotionale Verfassung des Gegenübers gewinnen. Weitere Einflussfaktoren sind die Wahrnehmung der eigenen Situation und der innere Antrieb, die entscheidenden Einfluss auf den empathischen Prozess haben. Je nach Antriebslage kann dasselbe Objekt Furcht oder Neugier auslösen.

Angesichts der defizitären Lage von anderen Menschen erleben empathische Beobachtende eine motivationale Spannung, welche zur Intention führt, diesen Zustand zu beenden. Dem eigenen Unbehagen ist nur zu entkommen, wenn man an der Situation der Hilfebedürftigen etwas ändert. Somit bietet das empathische Erleben eine Grundlage für prosoziales Handeln. Die eigene Emotion, der Antrieb und die Wahrnehmung der persönlichen Situation entscheiden, wie die empathische Reaktion schlussendlich ausfällt. Das Resultat des innerpsychischen Empathieprozesses wird über efferente (wegführende) Kommandos an die Ausdrucksmotorik und die Handlungsmotorik weitergeleitet. Bischof-Köhler (1989) betont, dass sich Empathie auch mit ganz unterschiedlichen und durchaus nicht nur prosozialen Motiven verbinden kann. Sie wird sich dann in eine antisoziale Handlung umkehren und äussert sich zum Beispiel in Schadenfreude, Aggression, Sensationslust oder Scham.

1.4.2 Situationsvermittelte Empathie

Anders als bei der ausdrucksvermittelten Empathie, die mit der Wahrnehmung einer Gefühlsäußerung beginnt, liegt der situationsvermittelten Empathie die Wahrnehmung einer fremden Situation zu Grunde. Es geht um die emotionale Teilhabe an der Situation eines anderen. „Was dem anderen widerfährt, erlebt man dann, als wäre man selbst betroffen“ (Bischof-Köhler, 1989, S. 60). Dieses „Sich-in-die-Lage-des-anderen-versetzt-Fühlen“ nennt Bischof-Köhler *Perspektiveninduktion* und nimmt eine Unterscheidung zur *Perspektivenübernahme* vor, welche sie als einen kognitiven Prozess des „Sich-in-die-Lage-eines-anderen-Hineindenkens“ beschreibt. Perspektiveninduktion ist ein unmittelbarer, identifikatorischer Mitvollzug der Situation eines anderen. Sie setzt nicht erst die bewusste Überlegung voraus, wie man sich an seiner Stelle fühlen würde.

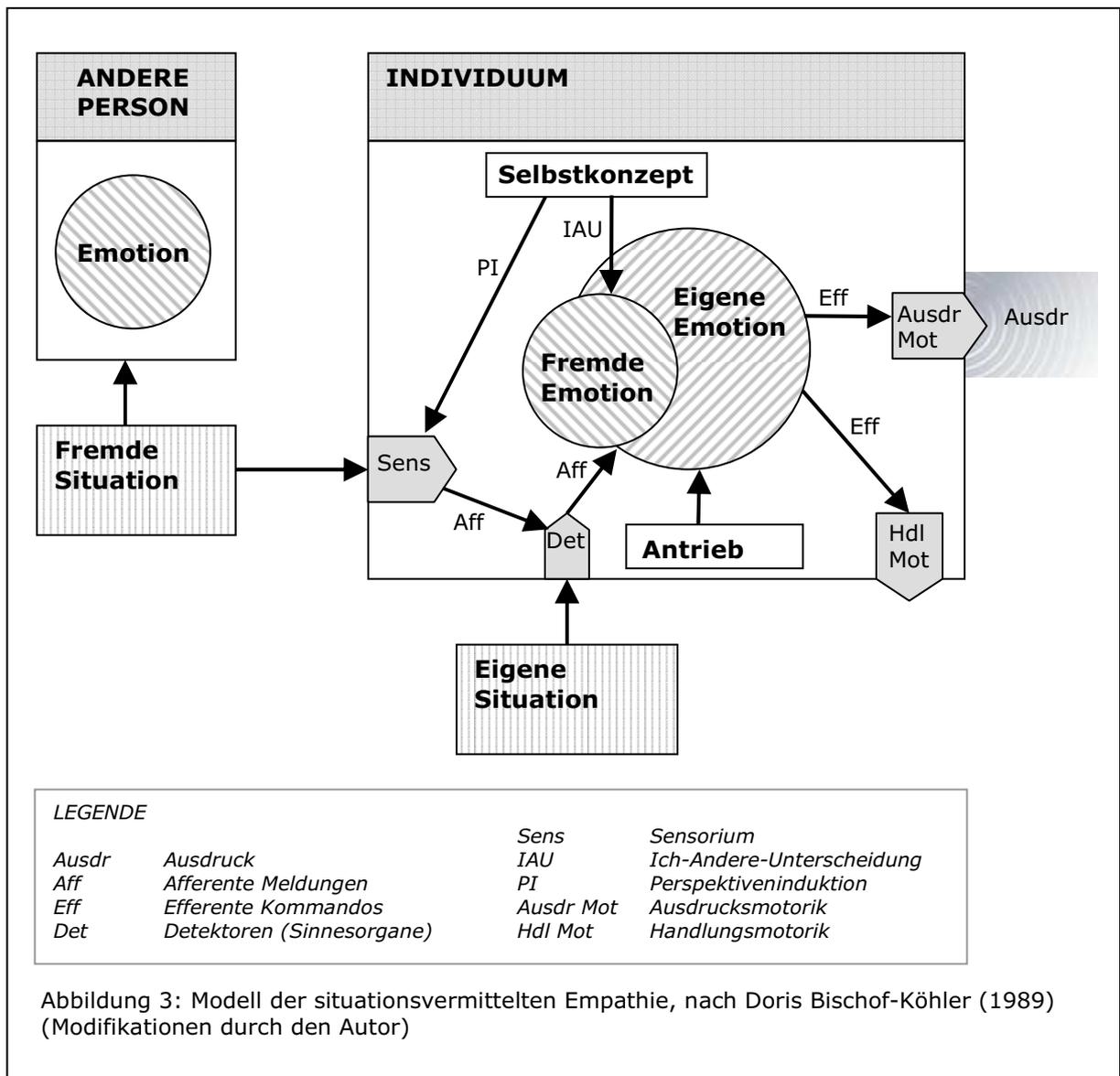


Abbildung 3 zeigt die Funktionsweise der situationsvermittelten Empathie. Die fremde Situation wird über das Sensorium des Individuums erfasst. Dank dem beschriebenen Mechanismus der Perspektiveninduktion wird das fremde Erleben wie ein eigenes erlebt und als solches an das Emotionszentrum weitergeleitet. Dort entsteht ein Abbild der fremden Emotion. Die Fähigkeit der Ich-Andere-Unterscheidung ermöglicht dem Individuum die Unterscheidung der beiden Gefühlsebenen. Ab hier kann sich das empathische Erleben unter Berücksichtigung von weiteren Einflussfaktoren auf die Handlungsebene auswirken. Der Verlauf des Prozesses entspricht dem bereits beschriebenen bei der ausdrucksvermittelten Empathie.

#### 1.4.3 Empathie als Basis für prosoziales Handeln

Die Modelle von Bischof-Köhler zeigen, dass Empathie nicht nur ein innerpsychisches Geschehen ist, sondern direkte Auswirkungen auf die Handlungsebene hat. Wöhrle-Chon (2000) schreibt, dass die motivierende Wirkung von Empathie auf *prosoziales* und *altruistisches Verhalten* in der Forschung bekannt ist (S. 72). Die beiden Begriffe sollen zuerst kurz geklärt werden:

Was unter *prosozialem Handeln* zu verstehen ist, beschreibt Nancy Eisenberg (1986, zit. in Wöhrle-Chon, 2000, S. 32) als ein Verhalten, welches intentional erfolgt und einer anderen Person Nutzen bringt. Der Begriff des prosozialen Handelns bewegt sich in grosser Nähe zum Begriff der „Hilfeleistung“, wie folgende Definition von Helmut Lück (1975) zeigt: „Hilfeleistung ist jedes Verhalten, das als Grundlage die Intention hat, anderen Personen, die dies bedürfen, Erleichterung oder Besserung der Lebenssituation zu schaffen“ (S. 15). Ausgehend von diesen Begriffsbestimmungen können die beiden Begrifflichkeiten durchaus synonym genutzt werden.

*Altruistisches Handeln* wird von vielen Autoren als Subkategorie prosozialen Verhaltens angesehen. Wolfgang Bilsky (1989) bezeichnet Altruismus als eine Steigerung prosozialen Verhaltens, da der Helfende zwar anderen Personen helfen will, die Hilfestellung aber gleichzeitig mit hohen Kosten für den Helfenden verbunden ist und er auch nicht erwarten kann, für sein Verhalten belohnt oder entschädigt zu werden (S. 12). Auch Wöhrle-Chon (2000) betont, dass altruistisches Handeln nicht an Eigeninteressen oder Verpflichtungen geknüpft ist. Die Intention ist selbstlos und ausschliesslich auf den Rezipienten gerichtet. Das unterscheidet es von prosozialem Handeln, welches zwar auch auf das Wohlergehen eines anderen gerichtet ist, aber durchaus auch reziprokem Gewinn dienen kann. Altruistisches Handeln gilt als moralisch besonders wertvoll. (S. 32)

Die motivierende Wirkung von Empathie auf prosoziales und altruistisches Verhalten findet in einem Modell von Wolfgang Friedlmeier (1993) seinen Ausdruck. Der Autor unterscheidet vier Schritte:

- 1) Die Wahrnehmung der Notlage anderer Menschen, sowie der emotionale Ausdruck der Hilfsbedürftigen, führen zu einer spontanen Betroffenheit. Die Betroffenheitsreaktion ermöglicht eine Konzentration auf die Lage der anderen und führt zu einer Interpretation und Bewertung des Geschehens.
- 2) Es kommt zu einer emotionalen Reaktion, die durch Teilidentifikation charakterisiert ist und das Erlebnis der anderen mitfühlt.
- 3) Die empathisch emotionale Reaktion führt zum Motiv des Helfenwollens.
- 4) Die jeweilige Motivation führt zu einer konkreten Hilfshandlung. Sie ist aber wesentlich mitgeprägt von der subjektiven Kompetenzeinschätzung durch die Helfenden und die situativen Bedingungen.

(S. 43)

Das Modell zeigt den entscheidenden Einfluss von Empathie auf die motivationale Reaktion, welche zu einem konkreten Hilfeverhalten führen kann. Wöhrle-Chon (2000) betont, dass Empathie eine notwendige, aber keine hinreichende Voraussetzung für eine altruistische Motivation ist (S. 34). Somit ist altruistisches Verhalten kaum denkbar ohne Empathie, aber Empathie führt andererseits nicht zwingend zu Altruismus. Weil Einfühlung dazu beiträgt, Egoismus auszublenden, reagieren empathische Personen hilfsbereiter und selbstloser als nicht-empathische. Es existieren andererseits aber genügend gute Gründe, warum trotz vorhandener Motivation die Hilfeleistung schlussendlich ausbleibt.

Bischof-Köhler (1989) führt dazu aus, dass prosoziales Verhalten mit Kosten verbunden ist, die nicht jeder aufbringen kann und die man nicht für jeden aufzubringen bereit ist. Dazu kommt, wie auch im Modell von Friedlmeier erwähnt, die Einschätzung der eigenen Kompetenz. Die persönlichen Handlungsmöglichkeiten können stark eingeschränkt sein oder es besteht eine Unsicherheit in Bezug auf das Vorgehen. Auch Ängste können mit im Spiel sein. Es besteht die Gefahr, sich zu blamieren, weil man eine Situation falsch eingeschätzt hat. Bischof-Köhler erwähnt aber auch den nicht zu unterschätzenden Einfluss von individuellen Unterschieden in der altruistischen Disponiertheit. (S. 78) Die Empathiefähigkeit und die grundsätzliche Bereitschaft zu sozialem Engagement sind bei den Menschen unterschiedlich entwickelt.

Als entscheidenden Faktor für das Hilfeverhalten nennt Bischof-Köhler zudem die Beziehung der Beobachtenden zu den Betroffenen. Besonderes Gewicht hat dabei der Grad der Vertrautheit. Die Bereitschaft zur prosozialen Intervention ist deutlich höher für Menschen, die zur „Wir-Gruppe“ gehören. Die Bevorzugung der eigenen Verwandten lässt sich evolutionär begründen (vgl. 2.2.4) und beeinflusst prosoziales Verhalten. In der Altruismusforschung wird diskutiert, inwieweit die Ähnlichkeit der empathischen Beobachtenden mit den Betroffenen eine Rolle spielt. Es wird angenommen, dass sie ebenfalls die Bereitschaft zur Hilfeleistung erhöht. Bischof-Köhler merkt aber an, dass die Ähnlichkeit direkt den Grad der Vertrautheit erhöht, und somit nicht als gesondertes Phänomen zu betrachten ist.

Je fremder also ein anderer Mensch ist (oder subjektiv so bewertet wird), umso weniger wird er in den Genuss einer Hilfestellung kommen, sogar wenn eine empathische Gefühlsreaktion bei den Beobachtenden entsteht. Durch die Situation bedingte äussere Faktoren beeinflussen die eigene Emotion und den Antrieb, in welche die empathische Reaktion eingebettet ist. Sie tragen massgeblich dazu bei, ob sich eine prosoziale Motivation auf Grund empathischer Prozesse überhaupt äussert und in welcher Form sie Hilfebedürftige erreicht.

### *Zusammenfassung*

*Empathie ist ein komplexes und mehrdimensionales Phänomen. Verschiedene Komponenten auf emotionaler und kognitiver Ebene interagieren miteinander und bilden zusammen das Spielfeld empathischer Prozesse. Von besonderer Bedeutung sind Affektansteckung, Perspektivenübernahme, Identifikation und die Theory of Mind. Je nach Gewichtung der Komponenten lässt sich affektive von kognitiver Empathie unterscheiden. Historisch gesehen handelt es sich beim Empathiebegriff um ein Kunstwort. Es entstand aus dem Versuch, den Begriff der Einfühlung ins Englische zu übersetzen. So lässt sich auch eine synonyme Verwendung der Begriffe Empathie und Einfühlung begründen. In der Empathieforschung existiert historisch eine Trennung in zwei Grundrichtungen. Während die eine Theorielinie die kognitiven Aspekte des Phänomens ins Zentrum rückt, beschäftigt sich die andere primär mit den emotionalen Bedingungen. Die neusten Erkenntnisse aus der Neuropsychologie haben der affektiven Sichtweise neuen Auftrieb verschafft. Gegenwärtig richtet sich das Interesse an der Empathie vor allem auf das Zusammenwirken der verschiedenen Komponenten und ihre Auswirkung auf das menschliche Verhalten. Es eröffnet sich die funktionale Sichtweise auf das Phänomen und Empathie wird als Prozess gesehen. Einen wichtigen Beitrag zum Verständnis der Funktion von Empathie hat Doris Bischof-Köhler geleistet. Unter anderem schuf sie Funktionsmodelle für die ausdrucks- und die situationsvermittelte Empathie. Ein anderes Modell von Wolfgang Friedlmeier betont die Wirkung empathischer Prozesse als Motivation für prosoziales Handeln. Neben den psychischen Bedingungen (dazu gehören zum Beispiel der Antrieb und das Selbstkonzept) existieren weitere innere und äussere Einflüsse, die mitbestimmen, ob sich ein empathischer Prozess in einer konkreten Hilfestellung manifestiert und wie diese aussieht. Solche Einflussfaktoren sind zum Beispiel die persönlichen Kompetenzen, die individuelle Empathiefähigkeit, die Vertrautheit mit der hilfsbedürftigen Person oder situative Komponenten. In Verbindung mit ungünstigen Bedingungen können sich empathische Prozesse durchaus auch asozial ausdrücken, zum Beispiel als Schadenfreude, Sensationslust oder sogar als Aggression.*

## Teil 2

# ERKLÄRUNGSANSÄTZE

Nachdem sich der erste Teil mit einer Beschreibung des Phänomens befasst hat, werden nun verschiedene Erklärungsansätze für das Erscheinen von Empathie im menschlichen Verhaltensrepertoire beleuchtet. Ein erstes Kapitel befasst sich mit den Erkenntnissen aus der Neurophysiologie. Mit der Entdeckung der Spiegelneurone wurde die neuronale Grundlage von Empathieprozessen aufgedeckt. Weitere Kapitel gehen den Fragestellungen nach, warum Empathie in der stammesgeschichtlichen Entwicklung der Menschheit (phylogenetische Sichtweise) entstanden ist und wie sie in der individuellen Entwicklung des Menschen (ontogenetische Sichtweise) zum Vorschein tritt.

### 2.1 Spiegelneurone

Giacomo Rizzolatti und sein Forscherteam untersuchen 1992 in Parma die Gehirnfunktionen von Makaken-Affen. Dabei machen sie die erstaunliche Entdeckung, dass gewisse Nervenzellen (Neurone) im Gehirn der Affen während der Beobachtung eines Vorgangs in den Beobachtenden genau die gleichen Potentiale auslösen, wie sie entstünden, wenn der Vorgang selber aktiv ausgeführt würde. Diese besonderen Zellen werden fortan Spiegelneurone benannt. Kurze Zeit später kann ihr Vorhandensein auch beim Menschen nachgewiesen werden.

#### 2.1.1 Funktionsweise

Spiegelneurone ermöglichen offensichtlich, dass die Beobachtung der Handlung eines anderen nach innen genommen und dort direkt und reflexartig simuliert wird. Nadia Zambora (2009) beschreibt den Prozess wie folgt: „So wird die Bewegung des Gegenübers auf körperliche Weise empathisch nachvollzogen und gleichsam – ohne Zwischenschaltung und Vermittlung des Bewusstseins, ohne Reflexion und Attribution – somatisch verstanden“ (S. 60). Versuche durch das Forscherteam in Parma ergeben, dass es eine weitere entscheidende Grundbedingung braucht, damit die Spiegelneurone auf eine beobachtete Handlung anspringen: Die Handlung oder Bewegungssequenz muss einer spezifischen Intention folgen. Nur wenn eine Aktion als zielgerichtet wahrgenommen wird, führt dies zu einer Reaktion. Allerdings müssen, gemäss den Ausführungen von Giacomo

Rizzolatti und Corrado Sinigaglia (2008), die zielgerichteten Handlungen auch bereits in den Beobachtenden programmiert sein. Spiegelneurone gibt es nur für bestimmte Handlungen. Die beiden Autoren sprechen deshalb von einem „Wörterbuch der motorischen Akte“. Mit dem Repertoire können Menschen die Bedeutung „motorischer Ereignisse“ entschlüsseln und als Handlung verstehen, „wobei das Verstehen keiner Vermittlung durch Denken, Begriffe und/oder Sprache bedarf, denn es beruht einzig und allein auf dem *Wörterbuch der Akte* und dem *motorischen Wissen*, von denen unsere Fähigkeit zu handeln abhängt“ (S. 132). Nur wenn das Gehirn bereits auf den intentionalen Bewegungsablauf programmiert ist, also einen Eintrag im Wörterbuch aufweist, springen die Spiegelneurone an und produzieren die Aktivität, als ob die Beobachtenden selber handeln würden. Die Programmierungen werden im Laufe des Lebens durch Beobachtung und Reflexion erworben und somit die Einträge im „Wörterbuch“ dauernd erweitert. Liegt aber keine entsprechende Erfahrung vor, wird eine beobachtete Handlung keine Aktivierung der Spiegelneurone auslösen und der empathische Nachvollzug bleibt aus.

Nadia Zaboura (2009) führt aus, dass es einen Sperrmechanismus geben muss, der verhindert, dass die bei anderen Menschen gesehene Handlung nicht sofort und unabwendbar zu einem Vollzug bei den Beobachtenden führt. Man käme dadurch in die missliche Lage, alle Handlungen eines potentiellen Gegenübers nachahmen zu müssen. (S. 66) Offensichtlich gibt es so etwas wie einen kritischen Schwellenwert der Aktivierung einer Nervenzelle. Solange diese Marke nicht erreicht ist, kommt es zu keiner realen Auslösung einer Handlung. Eine grosse emotionelle Erregung kann jedoch dazu führen, dass die Hemmschwelle überschritten wird und es bei einer gespiegelten Aktion zu einem Durchbruch des eigenen Handlungspotentials kommt. Solche Prozesse können im Alltag verschiedentlich beobachtet werden. Gutes Anschauungsmaterial liefern hier zum Beispiel die emotional stark beteiligten ZuschauerInnen bei einer Sportveranstaltung, welche Bewegungsabläufe der SpielerInnen unbewusst imitieren.

### 2.1.2 Spiegelneurone und Empathie

In den bisherigen Ausführungen zu den Spiegelneuronen lag das Schwergewicht im Nachvollzug von motorischen Abläufen und Handlungen. Rizzolatti und Sinigaglia (2008) ergänzen aber, dass sich die beschriebenen neuronalen Abläufe auch auf das Mitempfinden von Emotionen beziehen und betonen gleichzeitig die Wichtigkeit von Gefühlen für das Überleben und Wohlergehen unseres Organismus: „Emotionen begleiten und regulieren weitgehend unser Leben und erlauben uns, mehr oder weniger überraschende Veränderungen unserer Umwelt umgehend zu bewerten und auf sie wirksam und vorteilhaft zu reagieren“ (S. 174). Das Forscherteam führt aus, dass auch die Beobachtung einer Emotion Spiegelneurone aktiviert. Sie senden eine Kopie ihres Aktivierungsmusters an weitere Hirnregionen. Das Muster ähnelt demjenigen, das ausgesendet würde, wenn die Beobachtenden die Emotion selbst erleben. Dies ist der grundlegende Prozess für das Verstehen der emotionalen Reaktionen eines anderen. (S. 187)

Somit aktiviert unsere Wahrnehmung von Aktionen und emotionalen Äußerungen eines anderen Menschen dieselben neuronalen Strukturen, die für unsere eigenen Handlungen und Emotionen verantwortlich sind. Die Fähigkeit des Gehirns mit anderen in Resonanz zu treten, bildet nach Rizzolatti und Sinigaglia (2008) „die neurale Grundlage einer empathischen Teilhabe, die unser empathisches Verhalten und unsere interindividuellen Beziehungen in unterschiedlichen Formen und Graden untermauert und orientiert“ (S. 191). Es handelt sich dabei um Prozesse, die vor jeglicher sprachlichen oder begrifflichen Vermittlung unsere Wahrnehmung eines anderen prägen. Die beiden Forscher räumen aber ein, dass es beim empathischen Mitempfinden noch andere Faktoren gibt, die den Prozess mitgestalten. Entscheidend ist die Identität des anderen Menschen, welche Beziehung wir zu ihm haben, ob wir uns in seine Lage versetzen können, ob wir uns mit seiner Situation überhaupt belasten wollen oder wie der andere uns gegenüber eingestellt ist. (S. 190) Spiegelneurone werden zwar in allen Fällen aktiviert, und es resultiert eine empathische Teilnahme, aber deren schlussendliche Ausgestaltung hängt stark von weiteren Einflussfaktoren ab. Trotzdem darf noch einmal die direkte Verbindung zwischen Empathie und dem neuronalen Mechanismus der Spiegelung betont und mit einem letzten Zitat von Rizzolatti und Sinigaglia (2008) untermauert werden: „Das unmittelbare Verstehen in erster Person der Emotionen des anderen, das vom Spiegelneuronenmechanismus ermöglicht wird, ist die notwendige Voraussetzung für das empathische Verhalten, das einem Grossteil unserer interindividuellen Beziehungen zu Grunde liegt“ (S. 189).

Resonanzphänomene zwischen Menschen lassen sich somit durch das neuronale Spiegel-system im Gehirn erklären. Joachim Bauer (2005) schreibt dazu: „Ohne Spiegelnervenzellen gäbe es keine Intuition und Empathie. Spontanes Verstehen zwischen Menschen wäre unmöglich und das, was wir Vertrauen nennen, undenkbar“ (S. 8). Derselbe Autor führt auch aus, dass Spiegelneurone die Fähigkeit besitzen, aus Teilen einer Handlungssequenz auf den gesamten (im „Wörterbuch“ gespeicherten) Handlungsablauf zu schließen. Die Wahrnehmung kurzer Teilsequenzen kann somit genügen, um schon vor Beendigung des Gesamtablaufes intuitiv zu wissen, welchen Ausgang bei der beobachteten Handlung zu erwarten ist. (S. 31) Intuitive Vorgänge finden somit ebenfalls eine Erklärung durch das erstaunliche System der Spiegelneurone.

### 2.1.3 Das empathische Rauschen

Die Schlussfolgerungen, welche Rizzolatti und sein Forscherteam aus ihren Entdeckungen ziehen, sind nicht unumstritten. In einem aktuellen Beitrag zur Diskussion unter dem Titel „Kulturen der Empathie“ führt Fritz Breithaupt (2009) aus, dass, wenn Menschen offensichtlich gar nicht anders können als empathisch mitzufühlen, sie fast unwillkürlich fortwährend die Perspektive der anderen einnehmen müssten. Wenn wir also in einer Welt voll „empathischen Lärms“ leben, muss nicht nur untersucht werden, wie Empathie zustande kommt, sondern vor allem wie diese gelenkt, kanalisiert und gefiltert wird.

Einfühlung ist somit ein Prozess, der das allgemeine Mitgefühl blockiert und die Kernfrage lautet, wann und warum unter gewissen Umständen Empathie doch zugelassen wird. (S. 8/9) Breithaupt (2009) formuliert seine These zugespitzt wie folgt:

Empathie, das Verstehen des anderen, kommt nur zustande, weil unsere emotionale Aufmerksamkeit anderen gegenüber gestaut, blockiert und gefiltert wird. Ohne eine derartige (Teil)Blockade würden wir in einer Welt fortwährenden Perspektivenverlustes leben, in der wir unwillkürlich die Perspektiven aller anderen Menschen und darüber hinaus auch der Tiere, der Fabelwesen und Dinge einnehmen müssten. Erst das Filtern des empathischen Rauschens, das Kanalisieren und Blockieren erlaubt uns die Illusion einer Innenansicht der anderen. (S. 12)

Aus den Forschungen der Neurophysiologie sind in Zukunft noch viele neue Erkenntnisse zu erwarten, die ihren Einfluss auf die Empathieforschung haben werden. Die Entwicklung der Spiegelneurone bei höheren Tieren und dem Menschen ist das Resultat einer stammesgeschichtlichen Entwicklung. Das führt zur Frage, welche Anpassungsvorteile durch die Herausbildung von Spiegelmechanismen (und der daraus resultierenden Empathie) in der Evolution erreicht wurden.

## 2.2 Die Phylogenese der Empathie

Um die stammesgeschichtliche Entwicklung der Empathie zu verstehen, bieten die Schlussfolgerungen aus der Evolutionstheorie von Charles Darwin nach wie vor eine geeignete Grundlage. Die wichtigsten drei Prinzipien sind:

- 1) Es besteht eine Konkurrenz zwischen den Individuen ums Überleben.
- 2) Die natürliche Selektion bedeutet, dass gewisse Individuen einer Population einen geringeren Fortpflanzungserfolg haben, bedingt vor allem durch Umweltfaktoren (Selektionsfaktoren).
- 3) Über viele Generationen hinweg werden durch die natürliche Selektion Eigenschaften evolviert, die adaptiver sind als andere.

(Crawford 1998, zit. in Schwab, 2004, S. 12)

Zu den Eigenschaften, die offensichtlich adaptiver (im Sinne von besser angepasst an die Umweltbedingungen) sind, gehört auch die Fähigkeit zur Empathie, die in der stammesgeschichtlichen Entwicklung der Menschheit durch die konkrete Ausbildung von Spiegelneuronen ermöglicht wird. Die Empathiefähigkeit ist offenbar nicht nur ein Merkmal der menschlichen Spezies, sondern erscheint auch bei höher entwickelten Tieren, wie verschiedene Forschungen belegen.

### 2.2.1 Evolutionäre psychische Mechanismen

Die Evolutionspsychologie beleuchtet die in der Evolution entstandene Architektur der menschlichen Psyche. Sie ist deshalb für die Betrachtung der Empathieentstehung von besonderem Interesse. Wulf-Uwe Meyer, Rainer Reisenzein und Achim Schützwohl (2001) beschreiben die Grundannahmen der Evolutionspsychologie wie folgt:

- 1) In der Evolution lassen sich bestimmte, über Generationen hinweg auftretende Probleme (Nahrungsbeschaffung, Feinde, Kampf um Ressourcen, Partnerwerbung, etc.) feststellen. Die Lösung dieser Probleme bringt einen Anpassungsvorteil.
- 2) Zur Bewältigung dieser Anpassungsprobleme hat sich durch natürliche Selektion eine Vielzahl bereichsspezifischer psychischer Mechanismen gebildet. Es sind informationsverarbeitende Programme, und sie werden als evolutionäre psychische Mechanismen (EPM) bezeichnet.

Schwab (2004) bezeichnet als eines der grössten Probleme, welches unsere Vorfahren zu lösen hatten, das Navigieren in sozialen Welten. Ein prägender Umweltparameter in der Menschheitsgeschichte ist das Leben in Gruppen. Die Anpassung an das soziale Umfeld begünstigt die Entwicklung verschiedener EPMs, weil sie eine zentrale Bedeutung für das Überleben und die Reproduktion der Menschen haben. Das erklärt, warum so viele Gestaltungsmerkmale unserer EPMs sozialer Natur sind. (S. 29) Die Empathie gehört zu diesen evolutionären psychischen Mechanismen. Sie wurde ebenfalls als Bewältigungsstrategie für Anpassungsprobleme in einem sozialen Bereich herausgebildet, und sie ist somit eigennützig. Wöhrle-Chon (2001) schreibt dazu, dass „aus einer soziobiologischen Perspektive auch unser empathisches Gefühlspotential grundsätzlich eigennützigem Interessen dienen muss, nämlich solchen, die dem Überleben der Gene förderlich sind, sonst hätte es sich in der biologischen Entwicklungsgeschichte des Menschen nicht durchsetzen können“ (S. 66).

### 2.2.2 Herdentrieb, Stimmungsübertragung und Pflegeverhalten

Es stellt sich die Frage, welche Anpassungsprobleme mit empathischen Fähigkeiten behoben werden können und welche Vorteile ein empathisches Individuum gegenüber seinen weniger empathischen ArtgenossInnen hat. Emotionale Resonanzen lassen sich auch im Tierreich beobachten, insbesondere bei in Gruppen lebenden Spezies. McDougall (1908, zit. in Schwab, 2004, S. 87) führt den Begriff des *Herdentriebs* ein. Die Tiere können so die Vorteile des Zusammenlebens nutzbar machen. Das angeborene Nachempfinden von Aktivitäten anderer erlaubt es dem einzelnen Organismus besser, Gefahren zu begegnen oder sich Gelegenheiten nutzbar zu machen. Beispielsweise erhöht das gemeinsame, reflexartige Ergreifen der Flucht die Überlebenschancen des einzelnen Organismus. Das „More-eyes-Phänomen“ erlaubt sozialen Tieren, individuell weniger Zeit für die Überwachung der Umwelt nach Feinden zu verbringen. Es bleibt mehr Raum für Aktivitäten, die dem Erhalt der Art dienen, zum Beispiel für die Fortpflanzung.

Der Ethologe Karl Lorenz (1935, zit. in Bischof-Köhler, 1989, S. 31) hat den Begriff der *Stimmungsübertragung* geprägt. Der affektive Ausdruck wirkt dabei unter artgleichen Tieren als Auslöser für gleichartiges Verhalten. Der Mechanismus tritt schon bei vergleichsweise niederen Tieren auf und dient der Motivsynchronisation innerhalb der Gruppe. Er ist für die Konfliktreduktion bei sozial lebenden Tieren von grosser Bedeutung. Emotionale Verbindungen zwischen Individuen erhöhen die Überlebenschancen und verringern Konfliktpotentiale. Wie aber Wöhrle-Chon (2001) ausführt, ist in der menschlichen Evolutionsgeschichte nicht nur das Miteinander in einem sozialen Umfeld prägend, sondern insbesondere auch das Gegeneinander, zum Beispiel bei der Jagd oder im Kampf um Ressourcen. Indem Empathie das Individuum befähigt, sich in die Situation der Gruppe, des Gegners oder der Beute hineinzusetzen und so deren Verhalten zu antizipieren, verschafft es sich einen individuellen Überlebensvorteil.

Empathisches Verhalten erhöht noch in einem anderen Bereich den evolutionären Erfolg einer Spezies. Gemeint ist das *Pflegeverhalten* von Eltern. Besonders wenn man die Pflege nach Eibl-Eibesfeldt (1997, zit. in Schwab, 2004, S. 87) als interaktiven Prozess ansieht, der nicht nur die Handlungsweise der Eltern, sondern auch das Pflegeanforderungsverhalten der Nachkommen berücksichtigt, wird der Vorteil von Affektansteckungen deutlich. Wird die gleiche Emotion im Subjekt wie im Objekt ausgelöst, ist eine angemessene Pflege wahrscheinlicher. Die Pflege ihrerseits wirkt sich direkt auf die Wahrscheinlichkeit des Kindes zu überleben und somit auf den Reproduktionserfolg der Eltern aus.

### 2.2.3 Kooperation

Die bisher beschriebenen Entstehungsbedingungen der Einfühlung bewegen sich eher im emotionalen Bereich, und sie betonen die Affektansteckung. Die auf Empathie basierende Fähigkeit zur Perspektivenübernahme gehört aber zu den kognitiven Neuerwerbungen in der Menschheitsgeschichte und hat eine grosse Bedeutung für die Evolution der Kooperation zwischen den Individuen. Als Beispiele für frühgeschichtliche Kooperation nennt Bischof-Köhler (1989) die Grosswildjagd oder das Beuteteilchen. Um den komplexen Anforderungen gerecht zu werden, braucht es primär den kognitiven Aspekt der Perspektivenübernahme. Die Absicht der anderen muss erkannt werden, um das eigene Verhalten auf ihre Intentionen abstimmen zu können. Dazu kommt aber auch noch eine prosoziale Motivierung. Die eigenen egoistischen Motive müssen zurückgestellt werden, und es muss die Bereitschaft bestehen, die Kosten einer Hilfeleistung zu tragen. (S. 12/13) Kooperation bietet einer Gruppe von Lebewesen erhebliche adaptive Vorteile, verlangt aber von den Einzelnen spezielle kognitive Fähigkeiten. Die Befähigung zur Perspektivenübernahme ist dabei zentral. Das Leben in sozialen Gruppen wird durch die Einfühlung wesentlich erleichtert, und sie ist eine grundlegende Voraussetzung für eine erfolgreiche Zusammenarbeit.

### 2.2.4 Das egoistische Gen

Die soziobiologischen Theorien rücken das Gen als Träger der Erbanlagen und Replikator ins Zentrum. Wöhrle-Chon (2001) schreibt: „Die Evolution stellt sich damit als genzentriertes Prinzip dar, in der das vergängliche Individuum als kurzlebige Vehikel den Zweck verfolgt, ein optimales Medium für die Genreplikation zu liefern“ (S. 63). Die Lebewesen folgen somit aus evolutionsbiologischer Sicht dem Prinzip des genetischen Eigennutzes. Obwohl grundsätzlich in der Natur egoistisches Verhalten belohnt wird, kann trotzdem altruistisches Verhalten entstehen: Da bei nahen Verwandten die Gene zu einem erheblichen Teil identisch sind, fördert der Fortpflanzungserfolg nahverwandter Individuen das Fortbestehen eigener Gene. In der Sozialbiologie wird in diesem Zusammenhang von einer Erhöhung der Gesamtfitness gesprochen. Der Begriff „*fitness*“ wird im Sinne der Evolutionstheorie als Anpasstheit oder Tauglichkeit verstanden. Richard Dawkins (1978) prägt in dem Zusammenhang den Begriff des „egoistischen Gens“, das den Blick über seinen sterblichen Träger hinaus auf die potentiell unsterbliche Menge seiner Repliken in anderen verwandten Individuen richtet.

Es stellt sich die Grundsatzfrage, ob unter diesen Voraussetzungen echter Altruismus möglich ist oder ob das Prinzip des Eigennutzes immer mehr oder weniger unterschwellig mitspielt. Nach Alfred Gierer (2002) ist die Beantwortung der Kernfrage vor allem von der Definition des Altruismus abhängig und seine eigene lautet wie folgt: „Altruismus ist Handeln, das primär auf das Wohl anderer gerichtet ist und dabei nicht primär und unmittelbar auf die Verfolgung eigener Interessen abzielt“ (S. 22). Ausgehend von seiner,

wie er sie nennt, „liberalen“ Definition, führt derselbe Autor weiter aus, dass Altruismus mit den Prinzipien der Evolutionsbiologie durchaus zu vereinbaren ist. Ausschlaggebend wird die Gewichtung der Motive: Sind sie zum grossen Teil auf das Wohlergehen von anderen gerichtet, kann von Altruismus gesprochen werden, auch wenn weitere egoistische Beweggründe vorliegen.

Unter *selektivem Altruismus* wird verstanden, dass die Kooperationsfähigkeit und Disposition zu altruistischem Verhalten gegenüber Familien-, Clan- oder Stammesverwandten besonders gross ist. Es wird die Verbreitung der jeweils eigenen Gene gefördert, und es lässt sich dahinter das Prinzip Eigennutz erkennen. Diese Konstellation lässt sich nach Gierer (2002) auch auf grössere Sozialverbände ausdehnen, allerdings nur in abgeschwächter Form (S. 22). Eine zweite evolutionsbiologische Basis von Kooperation, auch zwischen Nichtverwandten, ist die Leistung in Erwartung einer Gegenleistung. Sie wird mit dem Begriff des *reziproken Altruismus* umschrieben. Die Nettobilanz der gegenseitigen Unterstützung weist einen Fitnessgewinn für alle Beteiligten aus. Auch hier spielen sowohl uneigennützig wie egoistische Beweggründe eine Rolle. Ihre Gewichtung ist je nach Ausgangslage unterschiedlich und somit auch die Bewertung, inwieweit eine solche Handlung noch als altruistisch zu bezeichnen ist.

Die bisherigen Ausführungen lassen den Schluss zu, dass es „echten“, uneigennützigem Altruismus kaum geben kann. Wöhrle-Chon (2001) äussert in seinen Schlussfolgerungen: „Ein egalitärer, auf die Gesamtmenschheit bezogener Altruismus ist naturfern“ (S. 64). Wenn ein Verhalten biologisch adaptiv sein soll, dann müssen die tatsächlichen Fitnesskonsequenzen positiv sein. Somit gilt dies auch für altruistische Handlungen, die in ihrem Kern stets eigennützig sind. Trotzdem räumt Wöhrle-Chon im weiteren Verlauf seiner Ausführungen ein, dass der Mensch mit seiner Fähigkeit zu selektivem oder reziprokem Altruismus kognitive und emotionale Kompetenzen erworben hat, die auch die Basis zu „echtem“ altruistischem Verhalten sein können. „Vom evolutionsbiologischen Standpunkt aus ist selbstloser Altruismus parallel mit der Disposition zu reziprokem und inegalitärem Altruismus möglich geworden und steht mit den sozialen, rationalen und emotionalen Fähigkeiten im Zusammenhang“ (S. 65).

Die Fähigkeit zur Empathie ist angeboren. Die Evolutionspsychologie und andere verwandte Wissenschaften können die stammesgeschichtliche Entwicklung des Phänomens durch seinen adaptiven Nutzen für den Fortbestand der Menschheit begründen. Mit der Entdeckung der Spiegelneurone ist auch die biologische Basis für die entsprechenden neurophysiologischen Prozesse gefunden. Wie sich die genetisch begründete Disposition zur Empathiefähigkeit in der individuellen Reifung des Menschen entwickelt, beleuchtet das nächste Kapitel.

## 2.3. Die Ontogenese der Empathie

Jürgen Körner (1998) führt aus, dass die Affektansteckung ein primärprozesshafter Vorgang ist, der den Menschen von seiner Geburt an begleitet. Sie ist eine unmittelbare, nicht kognitiv gesteuerte Reaktion auf die Wahrnehmung arteigener Affekte. Körner betont aber, dass die Affektansteckung noch nicht mit Empathie gleichzusetzen ist, denn bei der Einfühlung können wir das Erleben einem anderen Menschen zuordnen. Diese Dezentrierung fehlt aber bei der Affektansteckung vollkommen und der „angesteckte“ Affekt wird zum eigenen Erleben. Weiter führt der Autor aus, dass bereits in den ersten Lebenswochen kognitive Lernprozesse die angeborene Affektansteckung überlagern. (S. 7) Der Mensch besitzt eine angeborene Fähigkeit, sich von Emotionen anderer anstecken zu lassen, aber erst der Erwerb weiterer Kompetenzen lässt daraus Empathie entstehen. Ulrich Moser und Inka von Zeppelin (1996) schreiben, dass die frühkindliche Entwicklung des Affektsystems als eine Vernetzung affektiver und kognitiver Information verstanden werden kann und bezeichnen den Prozess als „Kognifizierung“ (S. 44). Einige wichtige Aspekte werden im nächsten Abschnitt vorgestellt.

### 2.3.1 Die Kognifizierung der Affektansteckung

Die Forschungen von Bischof-Köhler (1989) zeigen, dass die Entwicklung der Ich-Andere-Unterscheidung eine fundamentale Basis für das Auftauchen von Empathie in der frühkindlichen Entwicklung darstellt. Die psychische Abgrenzung eines Ich, dem eigene Ich-Erlebnisse zugeordnet werden können, und einem anderen Menschen als Träger seiner eigenen Erlebnisse erlaubt erst, den anderen als Zentrum eines nachempfundenen Gefühls zu erkennen. Die empirischen Forschungen von Bischof-Köhler zeigen, dass der Aufbau des Selbstkonzepts, welcher frühestens im Alter von 16-24 Monaten erfolgt, die ersten empathischen Reaktionen ermöglicht. In diesem Alter liegt auch der Anfangspunkt der prosozialen Motive.

Körner (1998) beschreibt denselben Prozess aus psychologischer Sicht. Als grossen Entwicklungsschritt nennt er die Entstehung eines Repräsentanzensystems beim Kind. Gemeint ist damit der Aufbau einer „inneren Bühne“, auf der das Kind Repräsentanzen des Selbst und von Objekten auftreten lassen kann. In der Inszenierung können die Repräsentanzen in Konflikt geraten oder Dialoge austragen. Mit Einrichtung der inneren Bühne schafft das Kind eine Spielfläche, auf der es von nun an seine Einfühlung in andere Menschen entwirft. Noch immer kann die primärhafte Affektansteckung den Prozess anstossen, aber die Fähigkeiten des Kindes nehmen zu, die affektiven Eindrücke mit bewussten oder unbewussten Beziehungsvorstellungen abzugleichen. Körner (1998) beschreibt die Auswirkungen wie folgt: „Einfühlung ist dann nicht länger nur die reflexhafte Wiederholung wahrgenommener Affekte, sondern ein kompromisshaftes Erlebnis zwischen wahrgenommener Beziehungswirklichkeit und – überwiegend unbewusst wirksamer - Bezie-

hungsphantasie. Einfühlung wird so zu einer Konstruktion, einer kreativen Leistung – mit allen Vorzügen und Nachteilen.“ (S. 9) Bemerkenswert ist, dass die kognitiven Prozesse, welche die angeborene Disposition zur Affektansteckung in Empathie wandeln, nicht gleichzeitig bewusste Prozesse sein müssen, sondern, wie Körner betont, durchaus unbewusste Komponenten haben können.

Als weitere Konsequenz aus dem Aufbau des Repräsentanzensystems entsteht die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme. Indem das Kleinkind Selbst- und Objektrepräsentanzen bildet, gewinnt es die Unabhängigkeit von der realen Präsenz von Objekten. Daraus entsteht die Fähigkeit, Vorstellungen über die Gefühlslage anderer Menschen zu bilden und sie weiterzuverarbeiten, zu antizipieren oder abzuwehren. Mit der Möglichkeit zur Perspektivenübernahme wird eine wichtige Basis für empathische Prozesse gelegt.

Zu Beginn der Achtzigerjahre stellt der amerikanische Psychologe Martin L. Hoffmann (1984, zit. in Wöhrle-Chon, 2001, S.79) sein umfassendes Entwicklungsmodell zur Empathieentwicklung vor. Von besonderem Interesse für vorliegende Arbeit sind seine vier kognitiven Stufen der Empathie:

- 1) *Globale Empathie*: Das Kleinstkind kann noch nicht zwischen sich und anderen unterscheiden. Empathie wird nur in Form von (unangenehmen) Empfindungen und Gefühlen wahrgenommen. Das Kind verhält sich so, als passiere, was dem anderen geschieht, ihm selbst.
- 2) *Egozentrische Empathie*: Etwa zum Ende des ersten Lebensjahres kann das Kind zwischen dem Selbst und dem anderen unterscheiden. Es kann aber die eigene noch nicht von der fremden Befindlichkeit unterscheiden. Das Kind versucht als empathische Reaktion den anderen damit zu trösten, was es selber am meisten trösten würde.
- 3) *Empathie für die Gefühle des anderen Menschen*: Etwa im Alter von drei bis vier Jahren kann das Kind seine eigenen Gefühle von denjenigen anderer Menschen unterscheiden. Die erhöhte kognitive Sensibilität ermöglicht es dem Kind, gezielt auf die fremden Emotionen zu reagieren.
- 4) *Empathie für die allgemeine Lage anderer Menschen*: In der späteren Kindheit entsteht die Fähigkeit, zwischen der Befindlichkeit anderer Personen und der Situation, in der sie sich befinden, zu unterscheiden. Die empathischen Reaktionen sind nicht mehr an konkrete Situationen oder Personen gebunden, und es wird möglich, für ganze Gruppen Empathie zu empfinden.

(Universität Erlangen, 2009)

Mit den vier Stufen beschreibt Hoffmann die fortlaufende Kognifizierung der Empathiefähigkeit. Empathie und die Entwicklung prosozialen Verhaltens sind unmittelbar verknüpft und die Fähigkeiten nehmen in der mittleren Kindheit stark zu. Der empathische Prozess führt dabei auch zu einer Aktualisierung des Selbst- und Fremdkonzepts. Als wichtigste Faktoren für die Entwicklung der Empathie nennt Hoffmann die Fähigkeit der Selbst-Andere-Differenzierung, die Perspektivenübernahme, das Emotionserkennen, sowie die Befähigung zur Reflexion und Interpretation der eigenen Gefühle. (Hoffmann, 1984, zit. in Wöhrle-Chon 2001, S. 79)

Die Herausbildung der Empathiefähigkeit hängt somit vom Erwerb verschiedener (kognitiver) Kompetenzen während des Heranwachsens ab. Da Empathie auch Motivationsquelle für prosoziales Handeln ist, werden die erwähnten Faktoren wesentlich mitbestimmen, wie weit sich Menschen für andere engagieren. Die Kognifizierung findet aber nicht einfach von selbst statt, sondern wird entscheidend durch die Sozialisation der Heranwachsenden geprägt.

### 2.3.2 Die Sozialisation der Empathie

Die angeborene Disposition zur Affektansteckung führt mit der Entwicklung der Ich-Andere-Unterscheidung zum Auftreten von Empathie. Da jedes sich „normal“ entwickelnde Kind von einem bestimmten Zeitpunkt an die Fähigkeit zum Selbsterkennen hervorbringt, wird sich auch die Empathiefähigkeit zwangsläufig einstellen. Somit ist ihre Entstehung eigentlich sozialisationsunabhängig. Bischof-Köhler (1989) betont aber ausdrücklich, dass die Annahme eines reifungsbedingten, bei allen Kindern einsetzenden Empathievermögens, nicht die Bedeutung in Frage stellen kann, die Sozialisationseinflüsse für dessen Weiterentwicklung haben (S. 153). Das Empathievermögen ist vielen Faktoren unterworfen, die seine Äusserungen und sein Fortbestehen beeinflussen. Es kann auch eine eigentliche Empathieverkümmerng stattfinden. Bischof-Köhler stellt die These auf, dass Empathie und Hilfeverhalten bei Kleinkindern am häufigsten anzutreffen ist. Später werden sie bereits von der Sozialisation überlagert und kanalisiert. Deshalb stellt die Autorin die gängige Lehrmeinung in Frage, nach welcher Empathie und Hilfeverhalten bei Kindern altersbedingt zunehmen. (S. 154)

Der Prozess der Sozialisation kann nach Bischof-Köhler (1989) in zwei Ebenen unterteilt werden. Auf der einen Seite steht die gezielte Förderung des Kindes. Den Heranwachsenden müssen Möglichkeiten bereitgestellt werden, die bestimmte Lernerfahrungen erlauben. Auf der anderen Seite gibt es auch Sozialisationseinflüsse, die mehr „alimentativen“ Charakter haben. Dazu gehört neben Ernährung und Schutz vor allem ein Klima, das von wohlwollender und einfühlsamer Zuneigung geprägt ist. (S. 151) Die Autorin vermutet, dass die zweite Ebene für die Entwicklung der Empathie von grösserer Bedeutung ist. Das

emotionelle Klima, in dem ein Kind aufwächst, wirkt sich direkt auf die grundsätzlich vorhandene Disposition zu Empathie und prosozialem Handeln aus.

Verhalten und Erziehungsstil der Eltern haben somit einen grossen Einfluss. Neben dem instrumentellen Konditionieren (Verstärken oder Hemmen eines Verhaltens durch Belohnung oder Bestrafung) gibt es weitere lerntheoretische Aspekte, die von Bedeutung sind: Kognitive Entwicklungen geschehen auch durch das Beobachten und Lernen am Modell oder durch den Vorbildcharakter von Eltern und anderen vertrauten Personen. Viele weitere Einflussfaktoren, die im Rahmen der vorliegenden Arbeit nicht näher beleuchtet werden können, begleiten den Prozess der Sozialisation, seien dies Rollenerwartungen (Geschlechterrollen), Etikettierungen (Zuschreibung von Eigenschaften), Einfluss von Peer-Gruppen oder gesamtgesellschaftliche Entwicklungen. Dazu kommt noch die individuelle Entwicklung eines Wertesystems und moralischen Urteils.

Im Laufe der Sozialisation wirken sich somit viele Einflussfaktoren direkt oder indirekt auf die Entwicklung von Empathie und Hilfeverhalten aus. Das folgende Zitat von Bischof-Köhler (1989) fokussiert den Blickwinkel auf die hinderlichen Aspekte der Sozialisation und leitet somit direkt zum nächsten und letzten Abschnitt des theoretischen Teils über:

Der Erziehung zu prosozialer Gesinnung und sozialer Verantwortlichkeit kommt mit der Empathie also eine im Kind angelegte und sich spontan entwickelnde Disposition entgegen. Wenn die Sozialisation diese allerdings nicht in angemessener Weise fördert, kann sie verkümmern oder in falsche Kanäle geleitet werden. Dann freilich mag es geschehen, dass die Empathie ihre prosoziale Potenz nicht entfaltet und sogar zur Basis für antisoziale Verhaltensformen wird. (S. 169)

### 2.3.3 Die dunkle Seite der Empathie

Gewisse Umstände und Einflussfaktoren können zu einer vollständigen Unterdrückung der Empathiefähigkeit oder zu einer Umkehrung in eine „asoziale Empathie“ führen. Einfühlungsvermögen kann benutzt werden, um andere Menschen zu manipulieren. Bauer (2005) schreibt, dass Resonanzphänomene in sozialen Gruppen in hohem Masse anfällig für Manipulationen politischer und wirtschaftlicher Art sind (S. 151). Als Beispiel können Praktiken in der Werbeindustrie genannt werden. Durch Einfühlung in die Psyche der potentiellen KäuferInnen kann ihr Verhalten vorausgesagt und gelenkt werden. Besonders in grossen Menschengruppen ausgelöste Resonanzen können ein hohes destruktives Potential entwickeln.

Bauer (2005) bezeichnet die grundlegende Paradoxie von Resonanzprozessen darin, dass sie zugleich ein Grundphänomen der Menschlichkeit sind, aber gleichzeitig zur Entwicklung von Massenphänomenen führen können, welche die Zerstörung der Menschlichkeit zur Folge haben (S. 151). Ein Hinweis auf die Entwicklungen im Nationalsozialismus liegt nahe. Ciaramicoli (2000) bezeichnet die asoziale Umkehrung als die „dunkle Seite der Empathie“ und nennt politische Agitation, Gehirnwäsche und Folterpraktiken als mögliche Folgen. Auch Schwab (2004) weist auf die negativen Ausprägungen des Phänomens hin: „Empathie kann sehr wohl in den Dienst antisozialer Motive treten. Schadenfreude und Sadismus liefern hierzu anschauliche Beispiele; dabei wird versucht, das Gefälle zwischen eigener Freude und fremden Leid gesteigert zu erleben“ (S.94).

Derselbe Autor weist darauf hin, dass es auch pathologische Störungen der Empathiefähigkeit gibt. Gewisse Psycho- oder Soziopathien können durch eine Störung der inneren Empathieprozesse verursacht werden. „Ohne die Fähigkeit, durch das Leid anderer infiziert zu werden, können die PatientInnen nicht verstehen und auch nicht lernen, wie der Zustand des Gegenübers sein mag“ (S. 90). Es wird vermutet, dass das Phänomen des Autismus seinen Ursprung in einer Störung des Empathievermögens hat. Körner (1998) vermutet, dass auch Borderline-PatientInnen an mangelhaften empathischen Fähigkeiten leiden. Sie lassen sich sehr stark von den Affekten anderer Menschen anstecken, ihnen fehlt aber die Kompetenz zur Perspektivenübernahme und zur klaren Ich-Andere-Unterscheidung. Sie können die „angesteckten“ Affekte nicht verarbeiten, indem sie diese dem anderen zuordnen und bleiben somit gleichsam „auf ihnen sitzen“. (S. 11)

Mit den Betrachtungen zu negativen Empathiewirkungen ist der theoretische Grundlagen teil abgeschlossen. Wesentliche Dimensionen und Entstehungsbedingungen konnten beleuchtet werden. Im Rahmen der vorliegenden Arbeit kann aber sicher kein umfassendes oder abschliessendes Bild des vielschichtigen Phänomens gezeichnet werden. Weitere interessante Stränge, wie zum Beispiel der Zusammenhang zwischen Empathie und Moralentwicklung oder das aktuelle und gut dokumentierte Thema Empathie und Medien, bei welchem es unter anderem um Identifikationsprozesse mit Figuren aus Filmen, Büchern oder Computerspielen geht, können nicht verfolgt werden. Auch auf den Gender-Aspekt des Themas kann hier nicht weiter eingegangen werden: Die Fragen, ob Frauen empathischer sind, ob sie nur so wahrgenommen oder in eine solche Rolle gedrängt werden, könnten Ausgangslage für weiterführende Forschungen sein.

### *Zusammenfassung*

*Mit der Entdeckung der Spiegelneurone wurde erstmals eine neurophysiologische Basis für empathische Prozesse entdeckt. Beim Beobachten der gezielten Handlung eines anderen Menschen aktivieren die Spiegelneurone genau dasselbe Potential, wie wenn die Beobachtenden die Handlung selber ausführen würden. Das lässt sich auch auf die Wahrnehmung von Emotionen übertragen. Gleichzeitig gibt es aber einen Sperrmechanismus, der verhindert, dass jede Beobachtung von Aktionen oder Emotionen unmittelbar nachgeahmt wird. Die Entwicklung der Empathie findet ihren Ursprung in der Stammesgeschichte der Menschheit. Empathisches Verhalten bringt adaptive Vorteile. Gefühlsübertragungen erleichtern das Zusammenleben in Gruppen, verringern Spannungspotentiale und lassen Individuen von der Gruppe profitieren. Auch bei Pflege und Aufzucht erweist sich gegenseitige Empathie zwischen Eltern und ihren Nachkommen als überlebensfördernd. Eine besonders grosse Rolle hat das Einfühlungsvermögen für die Entwicklung der Kooperation. Im Sinne einer erfolgreichen Genreplikation wird auch uneigennütziges Verhalten von der Evolution gefördert. Obwohl ein Verhalten dem Einzelnen keinen Nutzen oder sogar Kosten bringt, kann es das Fortbestehen eines Genpools fördern. Deshalb tritt Empathie mit genetisch verwandten Individuen verstärkt auf. Die individuelle Entwicklung des Menschen basiert auf einer grundsätzlich angeborenen Disposition zur Affektansteckung. Sobald in der frühkindlichen Entwicklung die Fähigkeit zur Ich-Andere-Unterscheidung auftaucht, entsteht auch zwangsläufig die Empathiefähigkeit. Sie wird durch das Entstehen von neuen kognitiven Fähigkeiten schon sehr früh überlagert. Die Kognifizierung umfasst neben der erwähnten Identitätskonstruktion auch Emotionserkennen, Perspektivenübernahme und Reflexions- und Interpretationsfähigkeit. Die Sozialisation der Heranwachsenden prägt die weitere Entwicklung der Empathie und das daraus resultierende prosoziale Verhalten. Dabei spielen das emotionelle Klima des Umfelds sowie der Erziehungsstil und das Verhalten der Bezugspersonen eine grosse Rolle. Ungünstige Bedingungen können die Empathiefähigkeit komplett verkümmern lassen, oder sie kann sich in asoziale Verhaltensweisen umkehren. Es existieren auch pathologische Störungen des Empathieprozesses.*

## Teil 3

# BERATENDE SOZIALARBEIT UND EMPATHIE

Nachdem das Phänomen der Empathie bisher aus dem Blickwinkel "benachbarter" Disziplinen betrachtet wurde, geht es im Folgenden um eine zweite Annäherung aus der Perspektive der Sozialen Arbeit. Für LeserInnen, welche mit dem Berufsfeld nicht vertraut sind, werden zuerst die Grundzüge und Inhalte der Sozialen Arbeit vorgestellt. Nach der Verortung der Profession fokussieren die nachfolgenden Kapitel das Blickfeld auf den Beratungsprozess in der Berufsgruppe Sozialarbeit und, in einer weiteren Einengung, auf die Beratungsbeziehung zwischen Sozialarbeitenden und ihrer Klientel. Im Weiteren werden Aspekte der Empathie beleuchtet, welche für eine gelingende Beratungstätigkeit von Wichtigkeit sind, Grenzen und Gefahren beschrieben und Verknüpfungen zu den bisher erarbeiteten theoretischen Grundlagen hergestellt.

### 3.1 Grundzüge der beratenden Sozialarbeit

Beratende Sozialarbeit umschreibt einen spezifischen Ausschnitt aus dem gesamten Berufsfeld Soziale Arbeit. Ihre Verortung in der Profession und ihre wichtigsten Grundpfeiler und Ausprägungen werden im Folgenden vorgestellt.

#### 3.1.1 Die Profession Soziale Arbeit

Zunächst richtet sich das Augenmerk aber auf das gesamte Berufsfeld der professionellen Sozialen Arbeit. Wie Hiltrud von Spiegel (2006) ausführt, sind Bestrebungen im Gange, die Sozialarbeitswissenschaft als eigenständige *Disziplin* zu entwickeln. Sie zeichnet sich zwar in Umrissen bereits ab, ist aber noch weit von einer allgemeinen Anerkennung entfernt (S. 53/54). Soziale Arbeit ist aber mit Sicherheit eine eigenständige und vielseitige *Profession*. Von Spiegel (2006) führt aus, dass mit einer Profession nicht in erster Linie ein Wissenssystem, sondern ein Handlungssystem gemeint ist. Es geht dabei um die berufliche Wirklichkeit, die fachlichen Ansprüche des Berufes und die Leistungsangebote. Das Referenzkriterium ist die Wirksamkeit (im Unterschied zu einer Disziplin, bei der es um Wahrheit und Richtigkeit geht). (S. 53) Es wird somit im Folgenden von der Sozialen Arbeit stets als Profession gesprochen.

Als grundlegende Umschreibung der Sozialen Arbeit bietet sich die Montrealer Definition an. Sie wurde nach einem rund fünfjährigen Diskussions- und Aushandlungsprozess aufgrund der Vernehmlassung in über siebzig Nationen von der International Federation of Social Workers (IFSW) ausgearbeitet. An einer Konferenz mit über 2000 TeilnehmerInnen aus fünf Kontinenten wurde sie im Juli 2000 in Montreal verabschiedet. Sie lautet:

Die Profession Soziale Arbeit fördert den sozialen Wandel, Problemlösungen in menschlichen Beziehungen sowie die Ermächtigung und Befreiung von Menschen, um ihr Wohlbefinden zu heben. Unter Nutzung von Theorien menschlichen Verhaltens und sozialer Systeme vermittelt Soziale Arbeit am Punkt, wo Menschen und ihre sozialen Umfelder aufeinander einwirken. Dabei sind die Prinzipien der Menschenrechte und sozialer Gerechtigkeit für die Soziale Arbeit fundamental.

(AvenirSocial, 2006, S.2)

Wie das Berufsbild für die Profession Soziale Arbeit von AvenirSocial (2006) beschreibt, werden Menschen durch unterschiedliche persönliche und soziale Voraussetzungen, die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe, durch den gesellschaftlichen, politischen und ökonomischen Wandel oder durch Machtstrukturen und Gruppen gehindert, ihre Bedürfnisse zu befriedigen. Solche Bedürfnisse können biologischer, psychologischer, sozialer, ökonomischer oder kultureller Art sein. Die Aufgabe der Profession ist es, die Handlungsfähigkeit der betroffenen Menschen wieder herzustellen und ihnen zu ermöglichen, ihre Bedürfnisse zu befriedigen und ihr Leben selber zu gestalten. Interventionen sind dabei auf der individuellen Ebene, im Rahmen von Gruppen oder Kollektiven und auf gesellschaftlicher Ebene möglich. (S. 3) Den Professionellen der Sozialen Arbeit steht dabei Beschreibungs-, Erklärungs- und Handlungswissen aus der eigenen Profession und anderen Bezugsdisziplinen zur Verfügung. Werte wie Menschenwürde, Gerechtigkeit, Gleichheit, Demokratie und Solidarität sind zentral für das Berufsverständnis.

### 3.1.2 Berufsgruppen der Sozialen Arbeit

Die Soziale Arbeit in ihrer heutigen Ausprägung vereint verschiedene, historisch gewachsene Entwicklungsstränge. Daraus haben sich Berufsgruppen ergeben. Die wichtigsten drei Fachrichtungen werden im Folgenden kurz vorgestellt.

- 1) *Sozialarbeit*: Die „klassische“ Sozialarbeit unterstützt Menschen darin, ihr Leben zu gestalten und zu bewältigen. Zentraler Aspekt ist die Beratung von Menschen in Krisensituationen. Sie agiert in einem Spannungsfeld zwischen Freiwilligkeit und gesetzlichen Massnahmen. Typische Wirkungsfelder sind Sozialdienste, Beratungsstellen, betriebliche Sozialberatungen, Schulen oder Projekte. Das Zielpublikum ist sehr unterschiedlich und besteht zum Beispiel aus Jugendlichen, Familien, älteren Menschen, Erwerbslosen, MigrantInnen, Behinderten oder Suchtkranken.
- 2) *Sozialpädagogik*: Ursprünglich hat sich die Sozialpädagogik vor allem mit den sozialen Problemlagen von Kindern und Jugendlichen und den entsprechenden Hilfeleistungen befasst. Pädagogische Problemlösungen standen im Mittelpunkt und das Arbeitsfeld waren primär sozialpädagogische Institutionen wie Heime oder Schulen. Aktuell geht es darum, Menschen während ihres ganzen Lebens erziehend, helfend und bildend zu begleiten. Somit sind auch Altenarbeit, interkulturelle Pädagogik, Erwachsenenbildung, Schulsozialarbeit, Arbeit mit Randgruppen, und vieles mehr zu Arbeitsfeldern der Sozialpädagogik geworden.
- 3) *Soziokulturelle Animation*: Die Berufsgruppe ist eine eher neue Erscheinung und beschäftigt sich mit der aktiven Gestaltung von Lebensräumen. Menschen werden motiviert, ermutigt und in Bereichen wie Bildung, Soziales, Politik und Kultur unterstützt. Das Bauen von Brücken zwischen Generationen, Alteingesessenen und Zugewanderten oder verschiedenen Kulturen ist eine weitere Aufgabe. Komplexe Prozessgestaltungen werden mit Methoden des Projektmanagements angegangen, wobei die Partizipation des Zielpublikums einen hohen Stellenwert hat. Typische Arbeitsfelder sind Quartier-, Jugend- oder Kulturtreffpunkte.

Die beschriebenen Berufsgruppen treffen sich unter dem gemeinsamen Dach der Sozialen Arbeit. Wie Beat Schmocker (2004) ausführte, haben sie trotz ihrer verschiedenen Ausrichtungen viele gemeinsame Charakterisierungen. So geht es immer um Beziehungen zwischen Menschen und ihrer sozialen Umwelt, um die Befriedigung ihrer Bedürfnisse und die Hebung ihres Wohlbefindens. Gemeinsam haben die Berufsgruppen auch das Menschen- und Gesellschaftsbild. Alle Professionellen der Sozialen Arbeit nutzen Wissen, Erkenntnisse und Theorien über menschliches Sein und Verhalten. (S. 17) Für das starke gemeinsame Fundament spricht auch, dass verschiedene Bildungsinstitute in der Schweiz ihre Ausbildungen in der Sozialen Arbeit nicht mehr in die vorher erwähnten Fachrichtungen unterteilen, sondern eine gemeinsame Grundausbildung mit internen Spezialisierungsmöglichkeiten anbieten.

Für den weiteren Verlauf der vorliegenden Arbeit wird der Fokus auf die Fachrichtung der Sozialarbeit gelegt. Wie aus der kurzen Beschreibung der Berufsgruppe hervorgeht, hat die Beratung darin einen zentralen Stellenwert. Da es in vorliegender Arbeit um Zusam-

menhänge zwischen Empathie und Beratungstätigkeit geht, ist eine solche Fokussierung angebracht. Prozesse der Einfühlung sind aber sicher auch in Sozialpädagogik oder Soziokultureller Animation von grosser Bedeutung.

### 3.1.3 Beratung in der Sozialarbeit

Beratungssituationen sind in der Sozialarbeit allgegenwärtig. Petra Gregusch (2005), Professorin an der Hochschule für Soziale Arbeit in Zürich, definiert Beratung wie folgt:

Professionelle psychosoziale Beratung in der Sozialen Arbeit ist eine soziale Interaktion zwischen Beratenden und einem Klientensystem (d.h. Einzelne, Familien, Organisationen, Gemeinwesen), in der die Beratenden dieses dabei unterstützen, die emotion-kognitiven Prozesse und sozialen Interaktionen so zu steuern, dass es den KlientInnen möglich ist, soziale Probleme unter handlungsfeldspezifischen Bedingungen bedürfnisgerecht und rational zu lösen (S. 5).

Somit ist Beratung eine Anleitung zu einer selbst gesteuerten Problemlösung. Gregusch (2005) führt aus, dass sie als ressourcenaktivierende Methode für jede Veränderungsarbeit und damit für jede Profession, die sich mit der Bearbeitung menschlicher Probleme befasst, unverzichtbar ist (S. 3). Im Konkreten geht es bei der Beratung um die Kombination von problemlösender Kommunikation und Interaktion und sie beinhaltet verschiedene Formen der professionellen Gesprächsführung. Im Zentrum steht eine situationsbezogene und spezifische Hilfestellung für die Analyse und Lösung von Problemen.

Die Verbindung von Beraten und Helfen beleuchtet Stephen Murgatroyd (1994). Er führt aus, dass Beraten als eine besondere Form des Helfens betrachtet werden kann und nicht nur das Vorrecht professionalisierter Helfer- und BeraterInnen ist, sondern auch formell und informell innerhalb von sozialen Systemen zur Verfügung stehen kann. Murgatroyd bestätigt aber, dass es für eine psychologisch orientierte Beratung bestimmte Fertigkeiten, Kompetenzen und ein professionelles Training benötigt. (S. 18-20)

Aus der Definition des Beratungsbegriffs durch Gregusch wird deutlich, dass es sich bei Beratung um eine soziale Interaktion zwischen Beratenden und ihrer Klientel handelt. Die Beziehungsebene wird von Carl Rogers (1985) in seiner Definition von Beratung besonders betont: „Wirksame Beratung besteht aus einer eindeutig strukturierten, gewährenden Beziehung, die es dem Klienten ermöglicht, zu einem Verständnis seiner selbst in einem Ausmass zu gelangen, das ihn befähigt, aufgrund dieser neuen Orientierung positive Schritte zu unternehmen“ (S. 28). Dass die Beratungsbeziehung für eine gelingende Hilfestellung von fundamentaler Bedeutung ist, wird in den nächsten Abschnitten genauer erläutert.

### 3.1.4 Beratungsbeziehungen in der Sozialarbeit

Frank Nestmann (2004) schreibt im Handbuch der Beratung: „Die Beziehung zwischen BeraterInnen und KlientInnen ist die wichtigste Dimension einer jeden Beratungskonstellation“ (S. 791). Derselbe Autor führt weiter aus, dass, wenn auch in Bezug auf Methoden, Settings oder die Charakteristika der Beratenden und ihrer Klientel in der Beratungsforschung unterschiedliche Ansätze bestehen, sich offensichtlich alle einig sind, dass die Berater-Klienten-Beziehung eine entscheidende Wirkungsgrösse für eine gelingende Beratung ist. „Ohne eine offene, vertrauensvolle und auf Zusammenarbeit orientierte Beziehung aller Beteiligten ist keine Erfolg versprechende Beratung möglich“ (S. 791). Rainer Sachse (2006) präzisiert, dass aber nicht die Beziehung allein Veränderungen bei den Hilfesuchenden bewirkt. Sie wird vielmehr zur Auslösung von Prozessen genutzt, die bei den KlientInnen Veränderungen bewirken. Nur wenn sich diese in einer Beziehung sicher fühlen, können sie sich auch ihren Problemen stellen. (S. 60)

Die professionelle Beziehung, auch Arbeitsbeziehung genannt, unterscheidet sich in wesentlichen Punkten von einer zwischenmenschlichen Beziehung im privaten Raum. Die Beziehung zwischen Sozialarbeitenden und ihrer Klientel dient der Verfolgung eines bestimmten Zwecks und der Erreichung von festgelegten Zielen. Es geht nicht primär um den Aufbau einer Beziehung, sondern um eine Problemlösung. Peter Lüssi (1998) führt aus, dass eine professionell helfende Beziehung somit kein natürlich entstandenes Phänomen, sondern eine von den Sozialarbeitenden methodisch entwickelte, funktionale Beziehung ist (S. 117). Für die Professionellen ist es auch schlichtweg ein Beruf, für den sie entlohnt werden, während die KlientInnen viele Hürden überwinden müssen, um zur Beratung zu finden. Es ist mit einem Eingeständnis verbunden, ohne fremde Hilfe nicht mehr zurechtzukommen. Die Beziehung ist auch klar zeitlich begrenzt und der Beratungsprozess ist mit der Zielerreichung abgeschlossen.

Von besonderer Wichtigkeit ist aber, dass es sich bei einer Beratungsbeziehung um eine asymmetrische Beziehung handelt, in der ein deutliches Machtgefälle zwischen Sozialarbeitenden und ihrer Klientel besteht. Allein durch das Aufsuchen einer Beratungsstelle und die Bitte um Hilfe sind die KlientInnen von Anfang an in einer schwächeren Position. Sie müssen die, durch die Sozialarbeitenden geschaffenen, äusseren Bedingungen akzeptieren und sind auf das Hilfeverhalten, die Kompetenz und das Wohlwollen der Professionellen angewiesen. Der Vorsprung an Wissen, die Einbettung in eine tragende Institution oder die verbale Überlegenheit sind weitere Faktoren, welche die Beratenden in eine mächtigere Position versetzen. Das Machtgefälle verschärft sich noch einmal deutlich, wenn es sich nicht um eine freiwillige, sondern von Behörden angeordnete Beratung handelt. Hier agieren Sozialarbeitende in der Rolle eines Kontrollorgans und können sogar mit dem Entzug von Leistungen oder mit Sanktionen reagieren.

Die eben beschriebenen Faktoren zeigen auf, dass sich eine Beratungsbeziehung im professionellen Rahmen deutlich von einer privaten Beziehung unterscheidet. Wie die folgenden Überlegungen zeigen, wäre es aber falsch daraus zu schliessen, dass sie sich nur auf einer distanzierten, sachlichen und zweckgebundenen Ebene bewegt. Eine Problemlösung lässt sich nur durch eine konstruktive Zusammenarbeit zwischen Sozialarbeitenden und ihrer Klientel erreichen. Sie verlangt nach Vertrauen und Nähe. Laut Veronica Kircher (1992) betreffen persönliche Lebensprobleme von Menschen meist auch sehr intime Bereiche. Wer also in diesen Fragen auf Hilfe angewiesen ist, muss den Beratenden Zugang zu Bereichen ermöglichen, an die normalerweise Fremde nicht herangelassen werden. Es sind Bereiche, wo Menschen besonders verletzlich sind. Um wirklich Hilfe zu leisten, müssen aber Sozialarbeitende oft gerade in diese Regionen vordringen. Dazu braucht es eine Arbeitsbeziehung, die von Vertrauen und Nähe geprägt ist. (S. 264)

Sozialarbeitende benötigen ein umfassendes Bild der Ratsuchenden, um ihnen zu ermöglichen, ihre Bedürfnisbefriedigung und Lebensgestaltung selber in die Hand zu nehmen. Es müssen Lebensumstände, soziale Verbindungen, aber auch innere Befindlichkeiten erkannt werden. Zu einer solchen ganzheitlichen Sichtweise gehört auch die Erfassung der emotionalen Ebene. Das alles ist nur auf der Basis einer tragfähigen Arbeitsbeziehung möglich. Sie muss nach Michael J. Mahoney (1991, zit. in Nestmann, 2004, S. 794) durch Sicherheit, offene Entwicklungsmöglichkeiten und ein grundlegendes Interesse des Beratenden für die Anliegen und Probleme der KlientInnen geprägt sein. Die Beziehungsarbeit durch die Beratenden wird zu einer zentralen Aufgabe. Damit beschäftigt sich intensiv der personenzentrierte Ansatz, welcher im folgenden Abschnitt näher beschrieben wird.

### 3.1.5 Der personenzentrierte Ansatz

Eine Arbeit über Beratung und Empathie ist kaum vorstellbar ohne eine kurze Bezugnahme auf den personenzentrierten Ansatz und seinen Begründer Carl Rogers. Er ist eine zentrale Figur der Humanistischen Psychologie und sein Konzept beeinflusst bis heute die Gestaltung von psychosozialen Beratungen im Zusammenhang mit Psychoanalyse, Verhaltenstherapie oder Sozialer Arbeit. Dadurch hat auch der Empathiebegriff eine weite Verbreitung in der allgemeinen und fachspezifischen Beratungsmethodik gefunden. Der Ansatz stammt aus den Fünfzigerjahren, und er wurde in den letzten Jahren kontinuierlich weiterentwickelt und differenziert.

Das von Rogers entwickelte Konzept basiert auf dem äusserst positiven Menschenbild der Humanistischen Psychologie. Michael Gutberlet (1991) schreibt, dass der Mensch dabei als „konstruktives, soziales und rationales Wesen betrachtet wird, dessen tiefstes Streben letztlich darauf gerichtet ist, sich zu erhalten und seine seelischen, geistigen und körperlichen Möglichkeiten zu entwickeln und zu entfalten“ (S. 16). Rogers nennt das die „Selbstaktualisierungstendenz des Organismus“. Kann sich die natürlich schöpferische

Kraft ungehindert entfalten, entsteht eine Persönlichkeit, die sich selbständig weiterentwickelt, Selbstvertrauen und Offenheit besitzt. Es besteht ein grundsätzlicher Glaube an die Wachstums- und Selbstheilungskräfte des Individuums.

In seiner Entwicklung ist der Mensch abhängig von Zuwendung und Wertschätzung durch seine Bezugspersonen. Das betrifft insbesondere die Entstehung seines Selbstkonzeptes, welches stets mit einer Selbstbewertung verbunden ist. Kommt es im Laufe des Lebens zu Konflikten oder Inkongruenzen zwischen der Selbstbewertung und gemachten Erfahrungen, kann die Person aus dem Gleichgewicht geraten. Beschwerden und negative Selbstbilder können die Folge sein. Gutberlet (1991) beschreibt, dass Beratende mit *personenzentrierten Gesprächen* den Hilfesuchenden wieder Zugang zu ihren Potentialen ermöglichen. Sie müssen in einem Rahmen stattfinden, der den Hilfesuchenden erlaubt, mit dem tiefsten Kern ihres Wesens in Kontakt zu treten. In der Folge können Lern-, Heilungs- und Wachstumsprozesse in Gang kommen und das Individuum übernimmt wieder die Selbstverantwortung für Problemlösungen und Lebensgestaltung. (S. 17)

Für die Schaffung einer solchen klärenden und heilsamen Atmosphäre braucht es von den Beratenden eine *personenzentrierte Haltung*. Die drei „klassischen“ Merkmale einer solchen Haltung sind nach Rogers (1973) Kongruenz, Akzeptanz und Empathie. Diese Beziehungsvariablen sollen hier in Kürze vorgestellt werden:

- 1) *Kongruenz*: Die Beziehung ist geprägt von einem direkten und offenen Umgang miteinander, und es sind auch auf Seite der Beratenden keine Maskierungen oder Verstellungen nötig. Es geht um die Echtheit der beratenden Person. Sie muss einen guten Zugang zu ihrem inneren Erleben haben und ihre Aussagen und Handlungen stimmen mit ihrer Befindlichkeit überein.
- 2) *Akzeptanz*: Die Wertschätzung des Gegenübers ist umfassend und nicht an bestimmte Bedingungen gebunden. Die respektvolle Haltung gibt den Ratsuchenden Sicherheit und ermöglicht ihnen neues Denken, Handeln und Fühlen zu erproben. Gleichzeitig verhindert sie das Entstehen von Ängsten und macht Vorsicht unnötig. Die KlientInnen machen die Erfahrung, dass sie um ihrer selbst willen respektiert werden.
- 3) *Empathie*: Es ist die Fähigkeit, sich in die Gefühle, Gedanken und die Lebenswelt eines Gegenübers hineinzusetzen. Die Beratenden bemühen sich dabei um ein möglichst tief greifendes Verständnis aller Aspekte der objektiven und subjektiven Wirklichkeit der KlientInnen. Die Erfahrung des einfühlsamen Verstandenwerdens ermöglicht den Ratsuchenden, ihre Selbstaktualisierungstendenzen und Wachstumskräfte zu stärken.

Die drei zentralen Beziehungsvariablen von Rogers gelten heute in vielen Beratungskonzepten als generelle Grundlagen von förderlichen Arbeitsbeziehungen. Sie wurden inzwischen durch weitere Variablen ergänzt. So benennt Robert Carkhuff (1969, zit. in Nestmann, 2004, S. 792) drei weitere Merkmale einer hilfreichen Beratungsbeziehung: *Unmittelbarkeit*, *Konkretheit* und *Konfrontation*. Mit *Unmittelbarkeit* ist eine starke Gegenwartsorientierung gemeint. Durch die Priorität der Erfahrungen in der aktuellen Beratungsbeziehung werden Selbsterfahrung, Erlebnisse und Erkenntnisse möglich, die auch für die Verarbeitung der Vergangenheit oder für die Antizipation von Zukünftigem hilfreich sind. *Konkretheit* bedeutet eine präzise und unmissverständliche Benennung und Vermittlung von Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen. Es müssen Begriffe geklärt werden, die für die Beteiligten unterschiedliche Bedeutungen haben können. In einer gelungenen Beratungsbeziehung muss aber auch *Konfrontation* möglich sein. Sie regt bei den Ratsuchenden die Gegenüberstellung von Wunsch und Wirklichkeit, Einstellungen und Handeln oder Selbst- und Fremdbild an. Getragen durch Empathie und Akzeptanz werden auch provokante Beziehungselemente nicht verletzend oder abschreckend erlebt.

Neben dem personenzentrierten Ansatz, der wegen seinen vielen Bezügen zur Empathie für vorliegende Arbeit von besonderem Interesse ist, existieren noch andere Beratungsansätze. Sie stammen vornehmlich aus dem Feld der Psychologie, welche sich traditionell mit menschlichen Kommunikations- und Interaktionsprozessen befasst. Annette Schröder (2004) erwähnt dabei die *psychoanalytisch orientierte Beratung*, in deren Mittelpunkt die Psychodynamik und ihre Entwicklungsgeschichte stehen. Ansatzpunkte sind dabei eher weit zurückliegende und emotional bewegende Ereignisse denn aktuelle Begebenheiten. Die *verhaltenstheoretische Beratung* orientiert sich an Lern- und Verhaltenstheorien. Jedes Verhalten, auch fehlangepasstes, wird als erlernt betrachtet und kann analysiert und mit geeigneten Techniken modifiziert werden. Eine weitere wichtige Ausrichtung ist der *kommunikationstheoretische Ansatz*. Er beschäftigt sich mit der Funktion des Verhaltens in einer bestimmten Situation bzw. in einem Kommunikationszusammenhang. In der Beratung wird Kommunikationsstörungen nachgegangen, und es werden Techniken zu deren Behebung bereitgestellt. Ein aktueller Ansatz ist die *systemische Beratung*, welche sich auf die Systemtheorie als metatheoretischen Rahmen bezieht. Laut Arist von Schlippe und Jochen Schweitzer (1998) beschäftigen sich systemtherapeutische Beratungen mit der Frage, „wie in sozialen Systemen Menschen gemeinsam ihre Wirklichkeit erzeugen, welche Prämissen ihrem Denken und Erleben zugrunde liegen und welche Möglichkeiten es gibt, diese Prämissen zu hinterfragen und zu verstören“ (S. 19).

Mit der kurzen Zusammenfassung verschiedener Beratungsansätze ist die Beschreibung der Grundlagen von Sozialarbeit, Beratung, Beratungsbeziehung und Beratungsansätzen abgeschlossen. Wesentliche Begriffe sind geklärt, und es ist eine tragfähige Grundlage entstanden, um im folgenden Kapitel Verknüpfungen zwischen dem Basiswissen über die Empathie und dem Berufsalltag der beratenden Sozialarbeit herzustellen.

## 3.2 Empathische Prozesse in Beratungsbeziehungen

Das Kapitel beleuchtet, in welcher Form empathische Prozesse in Beratungsbeziehungen ausgelöst werden und welche Auswirkungen sie haben. Ins Zentrum rückt dann die Frage, welche Intensität an Empathie einer gelingenden Beratungstätigkeit zuträglich ist. Indikatoren für eine Unter- oder Überdosierung werden beschrieben und die Folgen für den Prozess und die Beteiligten erläutert.

### 3.2.1 Empathieauslösung in Beratungen

Beratungsbeziehungen unterscheiden sich von anderen zwischenmenschlichen Beziehungen durch verschiedene Faktoren, die in Abschnitt 3.1.4 näher dargestellt wurden. Die Arbeitsbeziehungen sind, obwohl asymmetrisch und professionell geprägt, nicht weniger intensiv und berühren oft sehr persönliche oder sogar intime Themen. Für eine gelingende Hilfestellung müssen Beratende ein ganzheitliches Bild ihrer Klientel erarbeiten. Die Beratenden können nicht Halt machen vor persönlichen Themen oder der emotionalen Ebene. Im Gegenteil liegen die Wurzeln von komplexen Problemlagen oft gerade in sehr persönlichen Bereichen, die in Kooperation mit den KlientInnen bearbeitet werden müssen, um gemeinsam Problemlösungsstrategien zu entwickeln. Dies ist nur in einem Klima möglich, das unweigerlich von Nähe und Emotionalität geprägt ist.

In einer Beratungsbeziehung ist die Wahrscheinlichkeit, dass Beratende mit einer ganzen Palette an Gefühlsäusserungen von Ratsuchenden konfrontiert werden, sehr gross. Harold Hackney und L. Sherilyn Cormier (1993) unterscheiden dabei vier Grundarten von affektiven Äusserungen: *Positive Gefühle*, *Abneigung*, *Furcht* und *Traurigkeit*. Jede Grundart hat ihre Subkategorien, die nachfolgend aufgelistet sind. Sie illustrieren, mit welcher Vielzahl von affektiven Reaktionen Beratende konfrontiert sein können (die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit).

- 1) *Positive Gefühle*: Freude, Zutrauen, Liebe, Glück, Hoffnung, Zufriedenheit, Mut, Glaube, Optimismus
- 2) *Abneigung*: Angriff, Antipathie, Abwehr, Unfrieden, Wut, Hass
- 3) *Furcht*: Zweifel, Schmerz, Vermeidung, Angst, Nervosität
- 4) *Traurigkeit*: Unglück, Einsamkeit, Depression, Verzweiflung, Teilnahmslosigkeit, Enttäuschung

(S. 88-92)

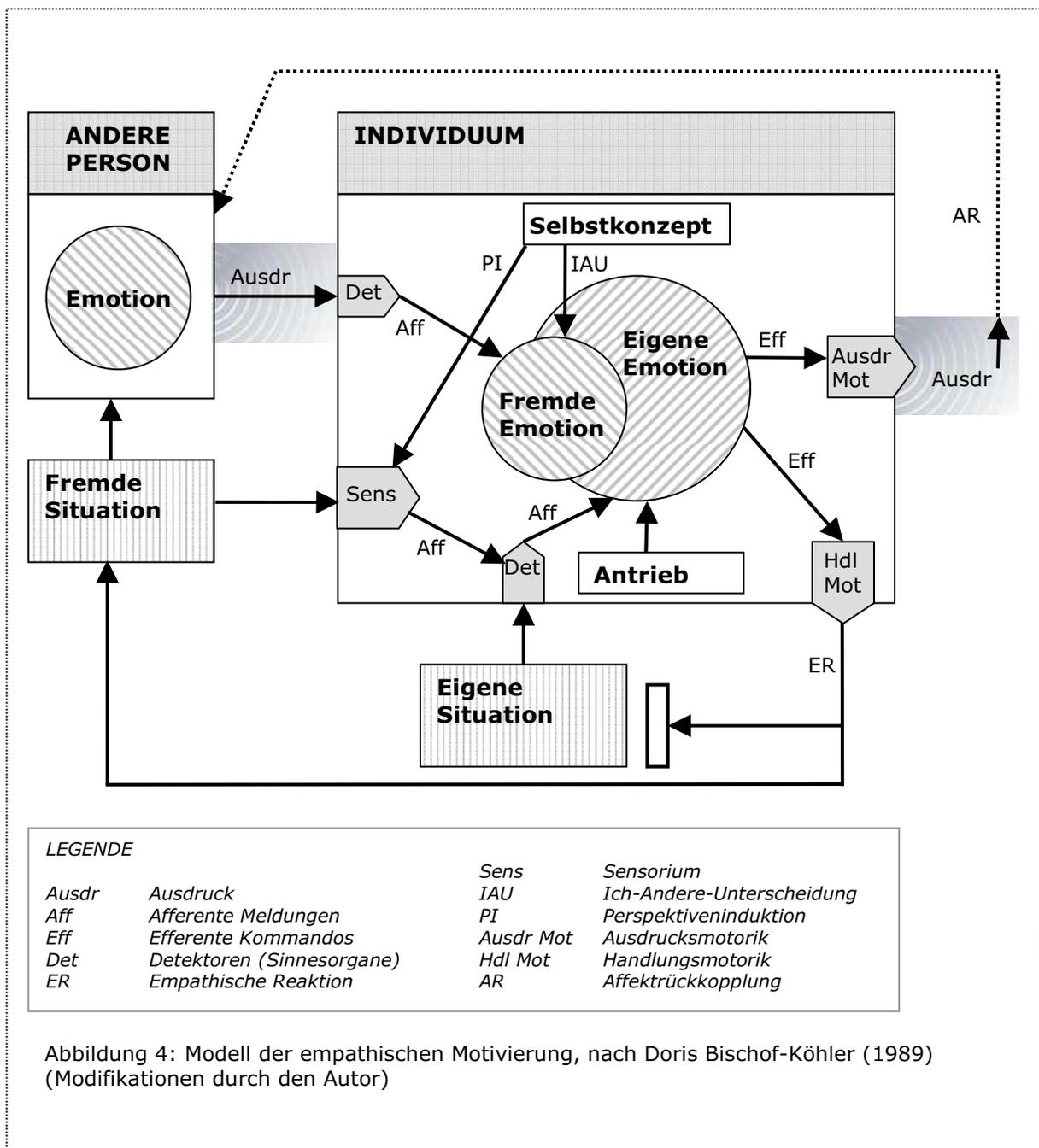
Beratende werden mit Affekten konfrontiert, die durchaus heftig ausfallen können. Es lässt sich ein direkter Bogen zum Funktionsmodell der ausdrucksvermittelten Empathie (vgl. 1.4.2) schlagen. Durch die Wahrnehmung der Affekte des Gegenübers kommt es zu einer unmittelbaren Gefühlsansteckung. Verschiedene Faktoren steuern und hemmen den inneren Mechanismus und verhindern, dass die Beratenden das fremde Gefühl ungefiltert übernehmen. Dazu gehören das Selbstkonzept, das unter anderem ermöglicht, die Emotion als die eines anderen zu erkennen, sowie die eigene Situation und der persönliche Antrieb. Weitere Faktoren in der persönlichen Entwicklung der Beratenden haben zu einer Kognifizierung der angeborenen Disposition zur Gefühlsansteckung geführt und die resultierende Empathiefähigkeit zeigt stark individuelle Züge. Beratende werden sich unweigerlich mit Affekten der Ratsuchenden anstecken, verarbeiten sie aber sehr unterschiedlich. Die individuell anders gearteten Verarbeitungsprozesse entscheiden darüber, wie sich eine empathische Reaktion entwickelt und welchen Einfluss sie auf die resultierenden prosozialen Handlungen hat.

In einer sozialarbeiterischen Beratung geht es immer um eine möglichst ganzheitliche Erfassung der Situation und Lebenswelt der KlientInnen. Nur durch eine sorgfältige und umfassende Erhebung aller möglichen Einflussfaktoren können Problemlösungen entstehen. Im Laufe einer Beratungstätigkeit tritt die fremde Situation der Ratsuchenden immer deutlicher und lebensnaher zu Tage. Mit der Wahrnehmung der fremden Situation beginnt auch der Prozess der situationsvermittelten Empathie (vgl. 1.4.3). Durch die Perspektiveninduktion können Beratende die Situation der Ratsuchenden wie ihre eigene erleben und der empathische Prozess beginnt. Adäquat zur ausdrucksvermittelten Empathie werden verschiedene kognitive Mechanismen den Verlauf beeinflussen und entscheidend mitwirken, auf welche Weise er sich auf der Handlungsebene manifestiert.

Eine Beratungsbeziehung ist somit prädestiniert für die Entstehung von empathischen Prozessen und das gleichzeitig in der affektvermittelten wie in der situationsvermittelten Ausprägung. Deshalb bietet sich an, aus den jeweiligen Modellen (vgl. Abb. 2 und 3) eine kombinierte Darstellung zu schaffen, die beide Entstehungsbedingungen von Empathie berücksichtigt und zudem eine Erweiterung auf die Handlungsebene erfährt. Das Modell der empathischen Motivierung (Abb. 4) nach Bischof-Köhler (1989) erfüllt diese Ansprüche und lässt sich direkt auf Beratungssituationen übertragen. Die grundlegenden Zusammenhänge im Modell wurden bereits früher erläutert. Das Schema erfährt, neben der Kombination der zwei Basisprozesse von Empathie, zwei grundlegende Erweiterungen in Form der *empathischen Reaktion* und der *Affektrückkopplung*.

Die Wahrnehmung der fremden Affekte und der Situation des andern lösen einen komplexen empathischen Prozess aus, der schlussendlich durch die Handlungsmotorik zu einer *empathischen Reaktion (ER)* führt. Sie zeichnet sich durch eine prosoziale Motivierung aus: Ziel der Handlung ist nicht die Verbesserung der eigenen Lage, sondern ins Zentrum rückt eine Veränderung der fremden Situation, um das Wohlbefinden und die Lebensqualität des anderen zu heben.

Der Autor hat das Modell noch um einen zusätzlichen Aspekt erweitert: Empathische Reaktionen auf ihr Klientel aktivieren die Ausdrucksmotorik der Beratenden. Der Ausdruck wird von den Ratsuchenden wahrgenommen und löst bei ihnen ebenfalls eine Affektansteckung aus. Diese Schlaufe wird vom Autor als *Affektrückkopplung (AR)* bezeichnet und sie ist in Abbildung 4 durch eine unterbrochene Linie dargestellt. Ihre Bedeutung wird im nächsten Abschnitt, in dem es um eine Umkehrung der Sichtweise aus der Perspektive der Ratsuchenden geht, näher beschrieben.



### 3.2.2 Empathische KlientInnen

Den Beratenden sitzen KlientInnen gegenüber, welche ebenfalls über eine angeborene Disposition zur Einfühlung und eine individuelle Ausprägung der persönlichen Empathiefähigkeit verfügen. Mit ihrem Sensorium nehmen auch die Ratsuchenden affektive und kognitive Botschaften ihres Gegenübers wahr und empathische Prozesse werden ausgelöst. Professionelle Beratende vermeiden aus ihrem Berufsverständnis eher, Selbstmitteilungen auszusenden. Solche lassen sich aber gerade auf der emotionalen Ebene manchmal kaum unterdrücken. Zudem verlangt eine personenzentrierte Haltung von Beratenden Kongruenz, welche von Echtheit und Übereinstimmung der inneren Befindlichkeit mit den Aussagen und Handlungen geprägt ist. Hackney und Cormier (1993) schreiben, dass Selbstmitteilungen durch die Beratenden durchaus einen Platz in der Beratung haben können, diese aber gezielt eingesetzt werden müssen. Die Erfahrungen, Gedanken und Wertvorstellungen der Beratenden sollen nicht in den Vordergrund treten. Trotzdem können Selbstmitteilungen helfen, dass die KlientInnen das Gegenüber nicht als Rolle, sondern als Person wahrnehmen, was einer tragfähigen Beratungsbeziehung zugute kommt. Hackney und Cormier (1993) unterscheiden vier Arten der Selbstmitteilungen:

- 1) Eigene Probleme der Beratenden
- 2) Äusserungen über die Rolle der Beratenden
- 3) Reaktionen der Beratenden auf die KlientInnen
- 4) Reaktionen der Beratenden auf die Beratungsbeziehung

(S. 32)

Bei den ersten beiden Arten senden die Beratenden Signale über ihre eigene Befindlichkeit aus. Sie können sowohl affektiver wie kognitiver Natur sein und werden bei den KlientInnen dieselben empathischen Prozesse auslösen, wie im bisherigen aus umgekehrter Perspektive beschrieben. Die Konstellation beinhaltet jedoch einige Gefahren für eine gelingende Beratung. Der Fokus auf die Selbstdarstellungen und eigenen Probleme der Beratenden bewirkt, dass sie als weniger kompetent wahrgenommen werden und das Vertrauen zu ihnen als erfolgreiche Helfende beeinträchtigt wird. Ratsuchende getrauen sich allenfalls nicht mehr, ihre Probleme und Gefühle offen zu äussern, um die Helfenden nicht noch mehr zu belasten.

Es kann sogar zu einem eigentlichen Rollenwechsel kommen, bei dem sich die Beratenden bei ihrer Klientel aussprechen. Selbstmitteilungen von Seite der helfenden Personen können somit zwar durchaus angebracht sein, sie verlangen aber ein grosses Mass an Kontrolle und bewusstem Einsatz, um nicht unterschwellige und dem Beratungserfolg abträgliche Empathieprozesse bei den KlientInnen auszulösen.

Die Selbstmitteilungen können aber auch eine eigene Befindlichkeit oder Emotion ausdrücken, die durch die empathische Wahrnehmung des Gegenübers ausgelöst wurde. Wenn KlientInnen grosse Verzweiflung zum Ausdruck bringen (und vielleicht heftig weinen), wird das bei den Beratenden unweigerlich eine empathische Reaktion auslösen, welche sich auf unterschiedliche, von der Persönlichkeit geprägte Art ausdrückt. Indem die KlientInnen die Spiegelung der eigenen Emotion beim Gegenüber wahrnehmen, kommt es zu der erwähnten *Affektrückkopplung*. Für eine gelingende Beratung kann der Mechanismus negative Folgen haben. So kann er auf der einen Seite zu einer Verstärkung der Emotionen bei der Klientel führen. Zeigt die helfende Person als Reaktion ebenfalls Verzweiflung und Traurigkeit, stürzt das Gegenüber in noch grössere emotionale Abgründe. Die Reaktion der Helfenden zeigt erst, wie fatal und unlösbar die Problemlage ist. Die Spiegelung der Affekte kann bei Ratsuchenden auch zu einer Unterdrückung der Emotionen führen. Sie wollen die Helfenden nicht damit konfrontieren und belasten oder sie schämen sich für die offensichtlich so folgenreichen Äusserungen. Sofern empathische Prozesse überhaupt kontrollierbar sind (damit beschäftigt sich Teil 4 noch näher), lässt sich festhalten: Selbstmitteilungen von Beratenden (in Bezug auf eigene Befindlichkeiten oder als affektive Reaktion auf die Wahrnehmung ihrer Klientel) können den Erfolg einer Beratung wesentlich behindern und sollten nur gezielt und reflektiert eingesetzt werden.

Bei der dritten und vierten Art von Selbstmitteilungen nach Hackney und Cormier geht es um die Reaktion der Beratenden auf KlientInnen- und Beratungsbeziehung in Form eines Feedbacks. Kommunikationstheoretisch begeben sich dabei die Helfenden auf die Metaebene, und es geht um eine kognitive Betrachtung von Prozessen zwischen den Beteiligten. Auf dieser Ebene ist das Auslösen von empathischen Prozessen weniger wahrscheinlich, wenn auch nicht ausgeschlossen. Mitteilungen auf höherer Abstraktionsebene eignen sich wesentlich besser für erfolgreiche Beratungsprozesse, weil sie weniger unkontrollierte empathische Reaktionen und Rückkopplungen begünstigen.

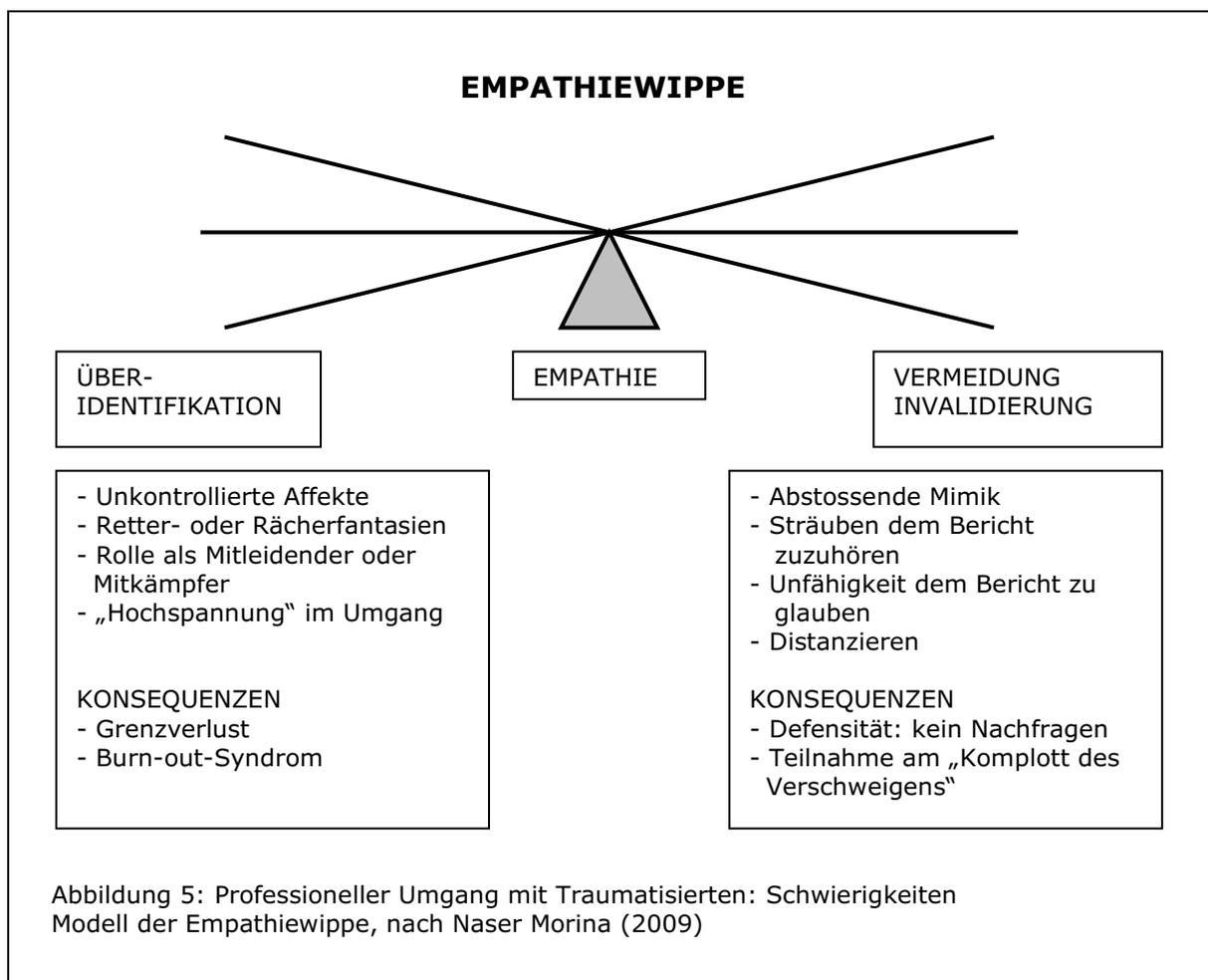
Die folgenden Abschnitte wenden sich nun wieder der Beraterpersönlichkeit als Trägerin von empathischen Prozessen zu. Es geht um die für alle beratenden Professionen relevanten Fragen, in welcher Intensität Empathie eine erfolgreiche Tätigkeit unterstützt, ob es ein Zuwenig oder ein Zuviel davon gibt und welches die Auswirkungen sind.

### 3.2.3 Die Empathiewippe

Eine auf Vertrauen basierende Arbeitsbeziehung und das empathische Verhalten der Beratenden ermöglicht Ratsuchenden, sich ihren Problemen zu stellen, neue Sichtweisen zu entwickeln und eigenständige Strategien zur Problemlösung zu wagen. Es gibt offensichtlich eine bestimmte Bandbreite von empathischem Verhalten, das dem Beratungserfolg dienlich ist. Wenn im personenzentrierten Ansatz von Helfenden ein hohes Mass an Empathie gefordert wird, muss es also auch ein Zuwenig davon geben, welches einer gelingenden Tätigkeit abträglich ist. Entsprechend wird auch eine zu hohe Dosierung eine Hil-

feststellung beeinträchtigen. Allerdings gibt es keine Masseinheit oder gar eine Skala für Empathiestärke, welche eine „Unterkühlung“ oder „Überhitzung“ anzeigt. Es kann aber hier ein interessantes Modell zu den Indikatoren einer „über- oder unterempathischen“ Beratungsbeziehung vorgestellt werden.

Naser Morina arbeitet an der Psychiatrischen Poliklinik in Zürich, genauer im Ambulatorium für Folter und Kriegsoffer. Die Beratung von schwer traumatisierten Menschen ist eine besonders grosse Herausforderung und verlangt vom Team umfassende persönliche und fachspezifische Kompetenzen. Morina (2009) nennt als wichtigste Grundvoraussetzungen für den Umgang mit Traumatisierten eine akzeptierende und respektvolle Grundhaltung, die warme Zuwendung, die Klarheit und Transparenz des eigenen Verhaltens und die Respektierung der kulturellen Besonderheiten. Hier wird die grosse Nähe zum personenzentrierten Ansatz mit den Komponenten Akzeptanz, Empathie und Kongruenz deutlich. Eine besondere Bedeutung misst Morina der Empathie zu. Er hat mit seinem Team das Modell der „Empathiewippe“ entwickelt, das im Folgenden vorgestellt und in einem zweiten Schritt für die spezifische Beratung in der Sozialarbeit modifiziert wird.



Die Empathiewippe (Abb. 5), welche speziell für den Umgang mit Traumatisierten entwickelt wurde, zeigt eine Schaukel. Ein bestimmtes „gesundes“ Mass an Empathie hält die Wippe im Gleichgewicht und ist somit förderlich für eine Beratungsbeziehung. Ein Zuviel oder Zuwenig an Empathie lässt die Wippe aber auf die eine oder andere Seite absinken und führt zu Über-Identifikation oder auf der anderen Seite zu Vermeidung und Invalidierung. Im Modell werden die jeweiligen Indikatoren und Konsequenzen aufgelistet.

Obwohl das Modell von Morina spezifisch auf die Beratung von Traumatisierten zugeschnitten ist, lassen sich viele Aspekte direkt auf das Berufsfeld der Sozialarbeit übertragen. Andere müssen angepasst und weitere ergänzt werden, um der Beratungssituation im Alltag von Sozialarbeitenden gerecht zu werden. Ein modifiziertes Modell für das Berufsfeld wird nun hier entwickelt.

ÜBER-IDENTIFIKATION



Ein Übermass an empathischer Zuwendung kann eine gelingende Beratung in der Sozialarbeit behindern. Es lassen sich folgende Indikatoren beobachten:

- 1) *Fehlender Abstand*: Die Beratungssituation ist von zu viel Nähe geprägt und die Beratenden „schwimmen“ mit den Einschätzungen und Befindlichkeiten der KlientInnen mit. Professionelle Hilfestellung beruht auf einer gewissen Distanz, die Überblick und Objektivität ermöglicht. Zu viel Nähe verhindert das.
- 2) *Unkontrollierte Affekte*: Empathische Prozesse verlaufen auf verschiedenen psychischen Ebenen und lassen sich nur bedingt kontrollieren. Zu viel Empathie fördert die Entstehung von starken affektiven Reaktionen, welche in der Interaktion verstärkend oder hemmend wirken können. Es kann sogar zu eigentlichen Affektrückkopplungen kommen.
- 3) *Parteilichkeit*: Das bewusste Einnehmen der anderen Position durch die Beratenden kann dazu führen, dass die Entwicklung der KlientInnen gehemmt wird. Wenn Beratende stets zu wissen glauben, was für die Ratsuchenden gut ist, behindert das eigenständige Lösungsansätze.
- 4) *Rollenkonflikte*: Beratende können zu Mitleidenden oder MitkämpferInnen werden. Es kann sogar zu einer eigentlichen Rollenumkehrung kommen, wobei nicht mehr die Probleme der Klientel, sondern diejenigen der Beratenden im Zentrum stehen.

- 5) *Abhängigkeit*: Die Überaktivierung des Helfer-Ichs durch zu starke Empathie führt dazu, dass Sozialarbeitende den Ratsuchenden zu viel Verantwortung abnehmen und Eigeninitiative unterbinden. Die gut gemeinten Interventionen führen zu einer Abhängigkeit der KlientInnen.
- 6) *Private Beziehungen*: Wenn sich eine professionelle Beziehung in eine private wandelt, wird der eigentliche Problemlösungsprozess in den Hintergrund gedrängt. Sollte es sogar zu einer Liebesbeziehung oder intimen Kontakten kommen, ist das grosse Machtgefälle zwischen den Beteiligten noch problematischer.
- 7) *Bevorzugung*: Nicht alle KlientInnen werden dasselbe Mass an empathischen Reaktionen bei den Beratenden auslösen. Wie bereits erwähnt, lösen vertraute oder ähnliche Menschen stärkere empathische Reaktionen aus, während sich zunehmende Fremdheit gegenteilig auswirkt. Es besteht die Gefahr, dass gewisse Ratsuchende bevorzugt werden. Da Sozialarbeitende oft materielle Hilfestellungen verwalten, kann sich das sogar direkt im verbesserten Zugang zu Sozialhilfe, Versicherungsleistungen, Renten etc. ausdrücken. Die Gefahr der Ungleichbehandlung gilt aber natürlich auch für alle nichtmateriellen Hilfestellungen.

Die Konsequenzen wirken sich primär auf den Erfolg von Beratungen aus. Die erwähnten Ausprägungen von zu starker Empathie können den Unterstützungsprozess schwer behindern oder ihn ganz zum Scheitern bringen. Auch die Beratenden haben mit erheblichen negativen Konsequenzen zu rechnen. Aus dem Distanzverlust ergibt sich unweigerlich Enttäuschung, Frustration und Überforderung, da ein Übermass an Einsatz geleistet wird und sich am Schluss mit grosser Wahrscheinlichkeit doch ein Misserfolg einstellt. In verstärktem Ausmass können diese Entwicklungen zu einem Burn-out-Syndrom führen.



VERMEIDUNG / INVALIDIERUNG

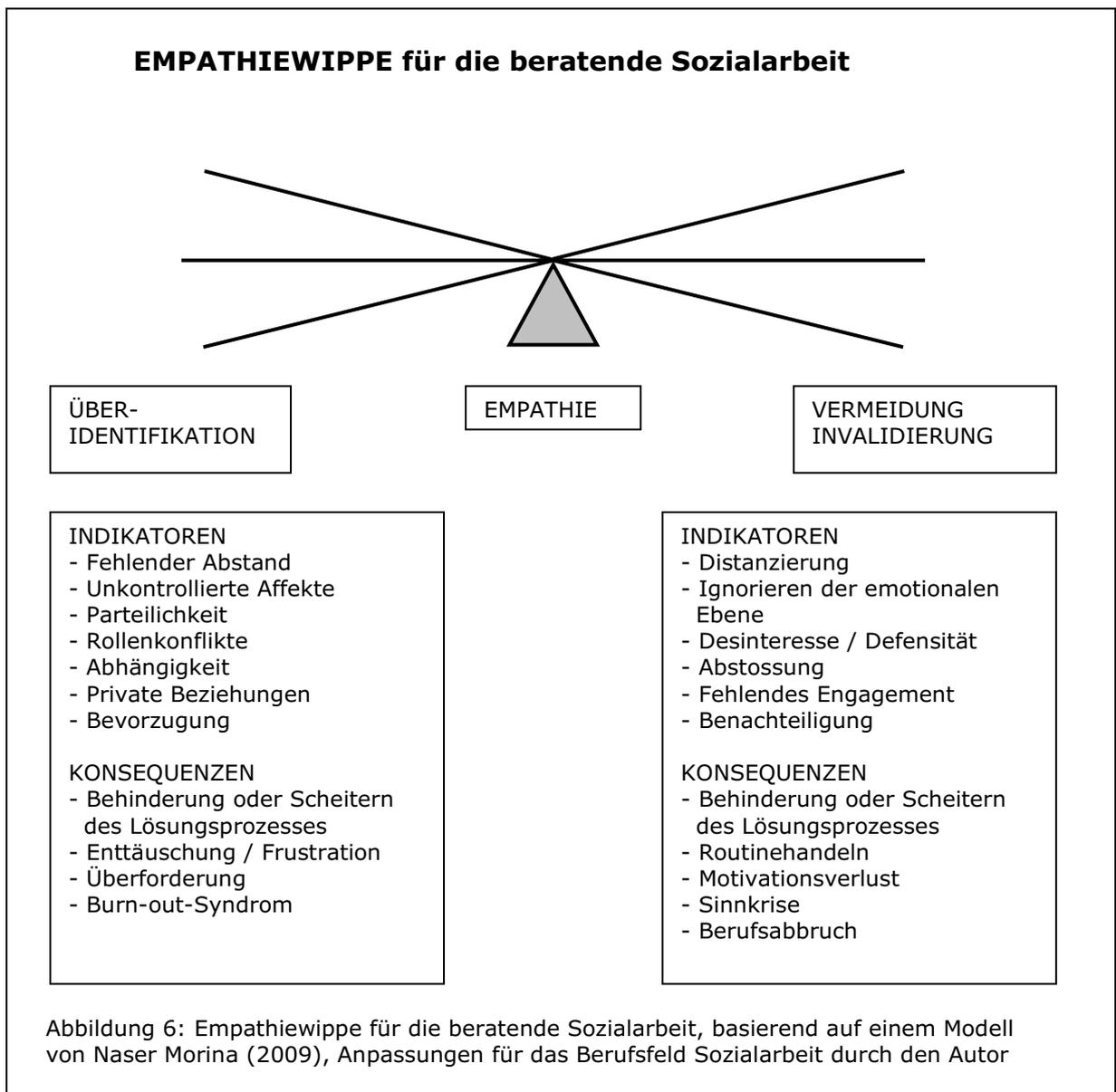
Folgende Erscheinungsbilder weisen auf ein Einfühlungsdefizit hin:

- 1) *Distanzierung*: KlientInnen brauchen echten Kontakt, Vertrauen, Anerkennung, Anteilnahme und emotionale Wärme. Ohne diese Voraussetzungen können sich Hilfesuchende nicht in genügender Tiefe ihren Problemen stellen und zusammen mit den Sozialarbeitenden Lösungsansätze erarbeiten.

- 2) *Ignorieren der emotionalen Ebene:* Nützliche Informationen über das Befinden der Ratsuchenden werden nicht in den Prozess integriert. Das Verbleiben auf einer sachlichen und distanzierten Ebene verhindert eine Gesamtsicht auf die innere und äussere Lebenswelt der KlientInnen. Wichtige Potentiale für Problemlösungen können nicht genutzt werden.
- 3) *Abstossung:* Das Ausbleiben empathischer Reaktionen beim Gegenüber führt bei den KlientInnen dazu, dass sie sich nicht verstanden fühlen. Sie werden zu wenig ernst genommen und mit dem Ausbleiben von Akzeptanz und Respekt fehlen wichtige Bausteine einer tragenden Beratungsbeziehung. Die KlientInnen fühlen sich zurückgewiesen.
- 4) *Desinteresse / Defensivität:* Sozialarbeitenden fehlt das grundlegende Interesse an der Lage ihrer KlientInnen. Sie haben Mühe, die Schilderungen von Ratsuchenden ernst zu nehmen oder sie überhaupt zu glauben. Nachfragen bleiben aus und der Sachverhalt wird nicht vollständig erhoben.
- 5) *Fehlendes Engagement:* Empathische Reaktionen wirken motivierend für prosoziale Handlungen. Ist der Mechanismus unterentwickelt, fehlt eine wichtige Antriebsquelle für das Handeln der Sozialarbeitenden. Die Folge kann unmotivierte, lustlose und minimalistische Arbeit sein. Für die Selbstmotivation der Klientel ist zudem das Engagement der Sozialarbeitenden von grosser Bedeutung.
- 6) *Benachteiligung:* KlientInnen, die besonders vom Empathiedefizit der beratenden Person betroffen sind, werden schlechter behandelt und die Beratungen schneller beendet. Es kommt zu Ungleichheiten im Zugang zu Hilfestellungen materieller und nichtmaterieller Art.

Genau wie die Über-Identifikation wirkt sich auch Vermeidung und Invalidierung primär kontraproduktiv auf den Beratungsprozess aus. In der Folge kann das persönliche Befinden der Beratenden stark beeinträchtigt werden. Mögliche Auswirkungen sind reines Routineverhalten, Motivationsverlust, Sinnkrisen und Rückzug aus dem Beruf.

Mit der Auflistung von Erscheinungsformen und Konsequenzen für die Beratung in der Sozialarbeit (die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit) lässt sich nun das Modell der Empathiewippe spezifisch an das Berufsfeld anpassen (vgl. Abb. 6).



Mit der Entwicklung des obigen Modells ist die Betrachtung der Zusammenhänge zwischen der Empathie und dem Berufsfeld der Sozialen Arbeit abgeschlossen. Der Fokus lag bis anhin auf dem passiven Erscheinungsbild von empathischen Prozessen. Sie werden ausgelöst, überformt und wirken sich auf den Problemlösungsprozess hilfreich oder, wie im letzten Abschnitt erläutert, manchmal auch hindernd aus. Aus einer „aktiven Perspektive“ beschäftigt sich nun der vierte und letzte Teil der vorliegenden Arbeit mit der gezielten Beeinflussung von empathischen Prozessen und ihrem bewussten Einsatz in der Beratung.

### *Zusammenfassung*

*Die Profession der Sozialen Arbeit beschäftigt sich mit dem sozialen Wandel, der Behebung von Problemen in zwischenmenschlichen Beziehungen, sowie der Ermächtigung und Befreiung des Menschen zur Hebung seines Wohlbefindens. Sie unterteilt sich in verschiedene Berufsgruppen, wobei für die vorliegende Arbeit die Fachrichtung der „klassischen“ Sozialarbeit von besonderem Interesse ist. Sozialarbeit ist stark geprägt von Beratungstätigkeiten und diese wiederum von Arbeitsbeziehungen zwischen Beratenden und ihrer Klientel. Vertrauensvolle und tragfähige Beziehungen ermöglichen erst einen gelingenden Problemlösungsprozess. Mit solchen Aspekten beschäftigt sich der von Carl Rogers entwickelte personenzentrierte Ansatz, welcher in allen beratenden Berufsgattungen grosse Beachtung gefunden hat. Geprägt wird er von einem grundsätzlich positiven Menschenbild. Der Mensch besitzt alle nötigen Selbstheilungs- und Wachstumskräfte, die sich verwirklichen werden, wenn es die Umgebung zulässt. Deshalb muss eine Beratungsbeziehung geschaffen werden, die die Entfaltung dieser Kräfte ermöglicht. Professionelle Beratungsbeziehungen unterscheiden sich wesentlich von privaten Beziehungen, sind aber desto trotz von erheblicher Intensität, emotional befrachtet und sie berühren sehr persönliche und intime Bereiche der Lebenswelt von Ratsuchenden. Beratende werden in ihrer Tätigkeit mit mehr oder weniger starken Emotionen konfrontiert, die bei ihnen unweigerlich affektvermittelte empathische Reaktionen auslösen. Das Herausarbeiten der umfassenden Lebenssituation der KlientInnen kann zu einer situationsvermittelten Empathiereaktion führen. Somit sind Beratungssituationen prädestiniert für die Entstehung von Prozessen der Einfühlung. Wenn Beratende im Rahmen ihrer Tätigkeit (gezielt oder unbewusst) eigene Probleme und Gefühle preisgeben, können auch empathische Reaktionen bei den KlientInnen ausgelöst werden. Es kann sogar zu einer eigentlichen Affektrückkopplung kommen. Alle empathischen Prozesse werden nach ihrer Auslösung durch die individuelle Persönlichkeit der Beratenden überformt. Dementsprechend können sie sich sehr unterschiedlich auswirken und müssen nicht zwingend förderlich für den Beratungsverlauf sein. Anhand des Modells der Empathiewippe kann aufgezeigt werden, dass es durchaus ein Zuviel oder Zuwenig an Empathie gibt. Die Folgen sind Über-Identifikation oder Vermeidung und Invalidierung. Beides kann eine Problemlösung stark behindern oder gar verunmöglichen und bei den Beratenden zu wesentlichen Beeinträchtigungen in Beruf und Privatleben führen.*

## Teil 4

# DIE GESTALTUNG VON EMPATHISCHEN PROZESSEN

Beratungssituationen und –beziehungen lösen auf breiter Basis empathische Prozesse aus, insbesondere bei den Helfenden. Die Kommunikation zwischen den Beteiligten auf verbaler und nonverbaler Ebene wird zur Quelle für empathische Flüsse. Sie werden in ihrem Verlauf von verschiedenen Bedingungen massgeblich geprägt. Die innere Landschaft der empathischen Person wirkt sich direkt auf das Erscheinungsbild eines empathischen Flusses aus und die individuelle *Persönlichkeit* der Beratenden bestimmt, ob aus ihm ein breites, schiffbares Gewässer wird. Ungünstige Persönlichkeitsstrukturen können den Fluss aber auch zu einem reissenden Strom werden lassen, und es kommt zu Überflutungen. Die Empathiewippe neigt sich in den Bereich der Über-Identifikation. Die Persönlichkeitsstruktur kann den Fluss andererseits zu einem schmalen Rinnsal werden lassen oder er versickert vollständig. Die Empathiewippe kippt auf die andere Seite und Vermeidungs- und Invalidierungshaltungen gegenüber Ratsuchenden sind die Folge. Versiegt der empathische Fluss vollständig, bringen das Fachleute mit dem Krankheitsbild des Autismus in Verbindung. Nachdem der Fluss die Landschaft der Persönlichkeit passiert hat, trifft er auf die Ebene der *beruflichen Haltungen*. Mit ihnen können Beratende dem empathischen Fluss eine bestimmte Richtung geben. Es können Dämme errichtet oder Fliesshindernisse abgebaut werden. Nichtempathische Haltungen bewirken gegenteilige Effekte. In der dritten und letzten Etappe erreicht der Fluss schliesslich die Ebene der *Fachkompetenzen*. Hier wird mit dem verbleibenden Wasser gearbeitet. Mit spezifischem Fachwissen und geeigneten Methoden kann der empathische Fluss erfasst, kanalisiert und für den Beratungserfolg nutzbar gemacht werden.

### 4.1. Drei Ebenen der Empathiegestaltung

Die mit dem Bild der empathischen Flusslandschaft entwickelten Beeinflussungsebenen werden in den nächsten Abschnitten einer genaueren Betrachtung unterzogen. Sie können dabei nicht trennscharf voneinander abgegrenzt werden. Vielmehr beeinflussen und formen sie sich gegenseitig.

#### 4.1.1 Persönlichkeit

Die Entstehung eines empathischen Prozesses basiert auf angeborenen Spiegelmechanismen und verläuft spontan und reflexartig. Die automatische und implizite Arbeitsweise des Empathiesystems ermöglicht dabei schnellste zwischenmenschliche Abstimmungs- und Anpassungsprozesse. Massgeblich beeinflusst und kanalisiert werden die psychischen Vorgänge durch die Persönlichkeit der empathischen Person. Was unter Persönlichkeit zu verstehen ist, definiert Hans Jürgen Eysenck (1970) wie folgt: „Persönlichkeit ist die mehr oder weniger stabile und dauerhafte Organisation des Charakters, Temperaments, Intellekts und Körperbaus eines Menschen, die seine einzigartige Anpassung an die Umwelt bestimmt“ (S. 2). Mit Charakter meint derselbe Autor das konative Verhalten (Wille), mit Temperament das affektive Verhalten (Gefühle oder Emotionen), mit Intellekt das kognitive Verhalten (Intelligenz) und mit dem Körperbau die physische Gestalt und hormonale Ausstattung einer Person. Eysenck betont, dass alle Komponenten mehr oder weniger dauerhaft und stabil sind. Obwohl Persönlichkeitsmerkmale sehr resistent gegen Veränderung sind, ist eine solche jedoch nicht ausgeschlossen.

Es lässt sich eine unmittelbare Verbindung zum früher beschriebenen Modell der empathischen Motivierung (vgl. Abb. 4) nach Bischof-Köhler herstellen. Empathie bedeutet dort, dass eine fremde Emotion in verschiedene innerpsychische Gegebenheiten (Selbstkonzept, Antrieb, eigene Emotion) eingebettet und von ihnen beeinflusst wird. Die Tabelle in Abbildung 7 stellt eine direkte Verknüpfung zwischen den Konzepten von Eysenck und Bischof-Köhler her.

Persönlichkeitsebenen nach Eysenck	Empathiebeeinflussende, psychische Komponenten nach Bischof-Köhler
Charakter (Wille)	Antrieb
Temperament (Gefühle und Emotionen)	Eigene Emotion
Intellekt (Intelligenz)	Selbstkonzept
Körperbau (physische Gestalt)	(keine Entsprechung)

Abbildung 7: Tabelle zu den Persönlichkeitsebenen nach Eysenck / Bischof-Köhler

Die empathiebeeinflussenden Komponenten nach Bischof-Köhler entsprechen weitgehend den Grundzügen der Persönlichkeit nach Eysenck. Einzig die physische Ebene wird bei Bischof-Köhler nicht explizit erwähnt. Somit steht der Begriff der Persönlichkeit für eine ganze Summe von Faktoren, die Einfluss auf ein empathisches Geschehen haben.

In Beratungssituationen beeinflusst die ureigene Persönlichkeit der Beratenden den Prozess auf wesentliche Weise. Gerald Corey (1984, zit. in Hackney und Cormier 1984, S. 19) hält fest, dass Werte, Anschauungen, Eigenschaften, Lebensweisen und Lebenserfahrungen untrennbar mit der Art und Weise verbunden sind, wie Beratende ihren Beruf ausführen. Sie tragen ihre persönlichen Konflikte, Motivationen, Defizite und Neigungen, seien diese nun bewusst oder unbewusst, unweigerlich in den Beratungsprozess und die Beziehung zu ihren KlientInnen mit hinein.

Menschen, die helfende Berufe (dazu gehört auch die Sozialarbeit) als ihr Tätigkeitsfeld wählen, bringen bestimmte Ausprägungen der Persönlichkeit mit, die sie veranlassen, sich ausgerechnet in einem solchen Umfeld zu engagieren. Wolfgang Schmidbauer beschäftigt sich in seinen bekannten Büchern intensiv mit dem Thema und prägt die Begriffe des „Helfersyndroms“ und des „hilflosen Helfers“. Schmidbauer (2007) weist aus psychoanalytischer Sicht auf verschiedene Aspekte hin, die Menschen veranlassen, in helfenden Berufen zu arbeiten und in starker Ausprägung sogar dazu führen, dass sie schlussendlich scheitern. Er richtet sein Augenmerk auf die potentiell konflikträchtige, irrationale Komponente der Berufsmotivation, bei der ein primär unsicheres Selbstgefühl dadurch stabilisiert wird, dass Abhängigkeit und Bedürftigkeit nach aussen delegiert werden (S. 149). In der Interaktion mit den Schützlingen werden somit persönliche Defizite wettgemacht. Der Beruf wird zu einer selbstgebastelten Prothese, um soziale Zuwendung zu erwerben, wie Schmidbauer (2007) pointiert ausführt (S. 150). Durch beruflichen Übereinsatz werden Gefühle der inneren Leere und Wertlosigkeit kompensiert.

Die Defizite sind gemäss demselben Autor meist auf Ablehnungen in der Kindheit zurückzuführen. Wenn die Verletzlichkeit, Abhängigkeit und das Bedürfnis nach Anerkennung und Selbstdarstellung in der Kindheit missachtet werden, kommt es zu Defiziten. Aber auch grosse Erwartungshaltungen von Eltern resultieren in einer Ablehnung des Kindes: Es wird in seiner eigentlichen Persönlichkeit zurückgewiesen, und sie wird durch eine Idealvorstellung ersetzt. Die erlittenen Rückweisungen äussern sich aus psychoanalytischer Sicht in seelischen Grundkonflikten, die in ihrer Kombination das eigentliche Helfersyndrom ergeben. Solche grundlegenden Konflikte sind:

- 1) *Die Identifizierung mit dem Ich-Ideal:* Es existiert eine sehr mächtige Idealvorstellung der eigenen Person. Das Über-Ich verspricht totale Harmonie, wenn das Ideal erreicht wird. Daraus resultiert das Bestreben, durch grosse Leistung die eigenen Defizite auszugleichen. Helfende sind bestrebt, nie einen Fehler zu machen und vollkommen gute Menschen zu sein.
- 2) *Die Vermeidung von Gegenseitigkeit:* Helfende können keine echten gegenseitigen Beziehungen leben, weil sie nur wenig Zugang zu ihren emotionellen Bedürfnissen haben. Sie fühlen sich nur in einseitigen Beziehungen wohl, in denen sie klar die

helfende Position einnehmen können. Die Bedürftigkeit der Schützlinge bietet Sicherheit, die eigenen Bedürfnisse hingegen verunsichern und lösen Angst aus.

- 3) *Die narzisstische Unersättlichkeit:* Helfende brauchen ständig Bestätigung, Dankbarkeit und Anerkennung, da sie grundsätzlich eine ablehnende Haltung gegenüber ihrer eigenen Person haben. Sie sind sehr stark von ihren KlientInnen abhängig, ohne dies äussern zu können. Unersättliche Helfende können sich nicht zurücknehmen und ihre Schützlinge loslassen. Sie können nicht wahrnehmen, wenn ihre Dienstleistungen entbehrlich werden.
- 4) *Die indirekte Aggression:* Das Dilemma des abgelehnten Kindes ist, dass es sich nach Rache sehnt an denen, die es nicht respektiert haben und gleichzeitig wahrnimmt, dass es sich selbst damit schädigt. Helfende überwinden diese versteckte Aggression, indem sie eine bessere Welt schaffen und sich als RetterInnen identifizieren. Sie träumen von einer Welt ohne Aggressionen und bestehen auf einer ideal fantasierten Interaktion zwischen Helfenden und ihren Schützlingen, die durch nichts gefährdet werden darf.

Der kurze Einblick in die Komponenten des Helfersyndroms lässt erahnen, welche mächtigen unbewussten Prozesse eine Beratungsbeziehung prägen können. Sie lassen die Empathiewippe auf die eine oder andere Seite abgleiten, wobei im Zusammenhang mit dem Helfersyndrom eher eine Überidentifikation mit den Ratsuchenden zu erwarten ist. Das Persönlichkeitsprofil von Beratenden ist hochkomplex und individuell ausgeformt und kann verschiedensten Problematiken unterworfen sein. Schmidbauer (2007) fordert deshalb denselben ganzheitlichen Blick auf die eigene Person der Helfenden, wie dies für die Ratsuchenden postuliert wird. Er merkt auch kritisch an, dass „in keiner Berufsgruppe die eigenen (psychischen) Störungen so vertuscht und bagatellisiert werden wie in jener, die sich mit der Behandlung solcher Störungen befasst“ (S. 22). Das Eingestehen von Schwächen, Hilflosigkeit und emotionalen Problemen wird bei den KlientInnen begrüßt und unterstützt, während das eigene Selbstbild unangetastet bleiben soll.

Das Beispiel des Helfersyndroms zeigt anschaulich den grossen Einfluss der Persönlichkeit der Helfenden auf den Beratungsprozess (und die Empathieentwicklung in einem solchen). So einzigartig dabei die persönlichen Strukturen der Beratenden sind, so unterschiedlich verläuft auch die Durchdringung der Beratungsbeziehung mit der individuellen persönlichen Ausgangslage. Unter der Voraussetzung, dass die Professionellen ihre eigenen Fähigkeiten und Wirkungen kennen, kann die Persönlichkeit zu einem vielseitigen Werkzeug in der Sozialarbeit werden. Andererseits kann sie aber unter ungünstigen Voraussetzungen den Erfolg von Hilfestellungen stark behindern, verunmöglichen oder beim Helfenden selber zu massiven beruflichen und persönlichen Beeinträchtigungen führen.

#### 4.1.2 Berufliche Haltung

Eingebettet in die Persönlichkeit ist eine individuelle persönliche Haltung. Sie wird auch persönliche Einstellung genannt und bezeichnet die Bewertung von Personen, Objekten, Situationen oder Konzepten, wobei bei den Bewertenden längerfristige Muster und tiefer liegende Strukturen vorausgesetzt werden. Eagly und Chaiken (1993) definieren sie als „eine psychologische Tendenz, die dadurch zum Ausdruck gebracht wird, dass eine bestimmte Entität mit einem bestimmten Ausmass an Zustimmung oder Ablehnung bewertet wird“ (S. 1). Persönliche Haltungen werden durch Erfahrungen massgebend beeinflusst, bringen Wissen, Werte und Selbstkonzepte der betreffenden Person zum Ausdruck und dienen als Orientierungshilfe in einer komplexen Umwelt. Im Gegensatz zu den grundsätzlich eher starren Persönlichkeitsstrukturen sind persönliche Haltungen unter geeigneten Bedingungen wandelbar. Auch wenn sie sich manchmal als sehr resistent erweisen, können sie durch neue Erfahrungen, den Erwerb von Wissen oder Überzeugungsarbeit verändert werden.

Die Beratungsperson ist also nicht nur mit ihrer ureigenen Persönlichkeitsstruktur in der Beratung anwesend, sondern sie bringt auch ihre persönliche Haltung mit. Hier kommt endgültig die Professionalität ins Spiel. Es darf von einer professionellen Beratungsperson gefordert werden, dass sie nicht mit ihrem persönlichen Einstellungsrepertoire in der Beratung agiert, sondern auf ein ganzes Bündel von reflektierten beruflichen Haltungen zurückgreift. Hiltrud von Spiegel (2006) schreibt, dass die Profession Soziale Arbeit im Laufe ihrer Geschichte einige berufliche Wertestandards hervorgebracht hat, die wohl als verbindlich betrachtet werden können und sich in den beruflichen Haltungen abbilden sollen (S. 110). Die wichtigsten vier Grundhaltungen werden im Folgenden kurz beschrieben und ihr Zusammenhang zu empathischen Prozessen erläutert:

- 1) *Achtung der Autonomie der AdressatInnen*: Die KlientInnen werden als autonome Subjekte verstanden, welche potentiell in der Lage sind, ihr Leben selbstverantwortlich zu gestalten. Dies bestimmt das Mass an Kontrolle und Eingriff. Auch bei grosser empathischer Anteilnahme müssen Eingriffe in die Selbständigkeit der KlientInnen vermieden werden, die zwar gut gemeint sind, aber eigene Lösungsprozesse bei den Betroffenen verhindern und zu Abhängigkeiten führen.
- 2) *Anerkennende Wertschätzung*: Die AdressatInnen der Sozialarbeit müssen in ihren Bedürfnissen und Wünschen ernst genommen werden. Die eigene Urteilsbildung und die Fähigkeiten der KlientInnen werden anerkannt. Daraus ergibt sich die Forderung zur universellen Gleichbehandlung der AdressatInnen. Ein Klima anerkennender Wertschätzung lässt eine tragfähige und vertrauensvolle Arbeitsbeziehung entstehen. KlientInnen können sich öffnen und ihre persönliche Situation und Befindlichkeit ungeschminkt erzählen. Empathie ist ein Grundbaustein für eine anerkennende Wertschätzung

- 3) *Akzeptanz individueller Sinnkonstruktionen*: Die Wirklichkeits- und Sinnkonstruktionen der AdressatInnen sind prinzipiell gleichberechtigt. Andere Sichtweisen und Deutungen sind möglich. Veränderungen können nur in Kooperation entstehen und Empathie wird zum Schlüssel für das Verständnis anderer Wirklichkeitskonstruktionen. Durch das Hineinversetzen in die Situation des Gegenübers, wie es in dieser unmittelbaren Art nur durch Empathie möglich ist, erhalten Beratende eine „selbst erlebte“ Vorstellung von der Lebenswelt ihrer KlientInnen.
- 4) *Ressourcenorientierung*. Statt immer von den Defiziten der KlientInnen auszugehen, rücken die „Benefiten“ in den Vordergrund. Die AdressatInnen können auf verschiedene innere und äussere Ressourcen zur Problemlösung zurückgreifen. Durch empathische Perspektivenübernahme können Ressourcen beim Gegenüber erkannt und gezielt aktiviert werden.

Eine bestimmte professionelle Einstellung fordert auch der bereits erläuterte personenzentrierte Ansatz (vgl. 3.1.5). Von den Beratenden wird eine echte und einfühlsame Haltung gefordert, welche nicht die Probleme, sondern die Person der Ratsuchenden in den Mittelpunkt stellt. Eine solche personenzentrierte Haltung ist aber, wie Nando Belardi (1999) ausführt, keine Technik oder praktische Fertigkeit, die man einfach so erlernen kann. Vielmehr stellt sie das Ergebnis von Lebenserfahrung und der Aufarbeitung eigener Probleme sowie der Weiterbildung in Beratung und Psychotherapie dar. (S. 25)

Die berufliche Haltung von Helfenden hat einen grossen Einfluss auf Empathieprozesse in der Beratung. Wie bereits erläutert, kann Empathie einen starken positiven Einfluss auf eine Hilfestellung haben. Deshalb muss von den Professionellen mit ihrer Haltung eine Basis geschaffen werden, die solche Prozesse zulässt und fördert. Eine reflektierte berufliche Haltung kann aber auch Leitplanken setzen, wenn die Empathiewippe in die eine oder andere Richtung abzugleiten droht. So werden Über-Identifikationen verhindert, die in helfenden Berufen eine verbreitete Gefahr darstellen.

#### 4.1.3 Fachkompetenzen

Die Professionalität der Berufsleute zeichnet sich in Beratungen nicht nur durch bestimmte berufliche Haltungen, sondern auch durch fachspezifische Handlungskompetenzen aus, die sich in ihrer Intentionalität und Reflektiertheit deutlich vom Alltagshandeln abheben. Zu diesem professionellen Handlungsrepertoire gehört eine ganze Anzahl von Fähigkeiten und Techniken, welche im Umgang mit Empathie hilfreich sind.

Als eigentliche Schlüsselkompetenz bezeichnet Von Spiegel (2006) die allgemeine Kommunikationsfähigkeit. Dazu gehört die Fähigkeit zum Aufbau einer tragfähigen Arbeitsbeziehung, was gerade bei einer unfreiwilligen Kontaktaufnahme eine grosse Herausforderung darstellt. Im Weiteren müssen Sozialarbeitende fähig sein, Kommunikationssituationen zu gestalten. Die Wortwahl muss auf die KlientInnen abgestimmt werden, kommunikative Signale auf unterschiedlichen Ebenen müssen entschlüsselt werden und die Beratenden sollten über einen methodischen Vorrat an nicht-sprachlichen Kommunikationsmöglichkeiten verfügen. Eine weitere Grundkompetenz ist die Fähigkeit zu dialogischem Verstehen und Verhandeln. Gemeint sind das Verstehen der Anliegen aus der Warte der KlientInnen und das gemeinsame Aushandeln von Zielsetzungen und Lösungsschritten. Es braucht ein grosses Mass an Kooperationsbereitschaft, und Fachkräfte müssen auf die Durchsetzung eigener Einschätzungen verzichten können, auch wenn sich eine solche fachlich begründen lässt. Im Weiteren erwähnt Von Spiegel (2006) die Vermittlungs- und Vernetzungsfähigkeit als notwendige Kompetenz von Sozialarbeitenden. (S. 99-100) Gerade die Schlüsselkompetenzen in kommunikationstechnischer Hinsicht erlauben ebenfalls eine Einflussnahme auf empathische Prozesse.

Neben den grundlegenden Kommunikationsfähigkeiten gehören auch spezifische Methoden und Techniken zum Repertoire von professionellen Sozialarbeitenden. Im personenzentrierten Ansatz (vgl. 3.5.1) wird eine Haltung der Kongruenz, Akzeptanz und Empathie gefordert und spezifische Techniken begünstigen eine solche Einstellung. Die wichtigsten werden hier kurz beschrieben:

- 1) *Aktives Zuhören*: Das Gegenüber wird aufmerksam und mit allen Sinnen wahrgenommen. Die Beratenden sind offen für Gefühle, Meinungen, Werturteile, Wünsche und Ziele der Erzählenden und nehmen sich gleichzeitig selbst umfassend wahr. Sie erleben, was das Gegenüber in ihrem Inneren auslöst. Empathische Prozesse werden somit zugelassen und bewusst beobachtet.
- 2) *Paraphrasieren*: Beratende geben die Aussagen der Ratsuchenden mit eigenen Worten wieder. Die KlientInnen erfahren, ob sie richtig verstanden wurden und können bestätigen oder berichtigen. Sie erfahren, dass man ihnen wirklich zuhört, und sie können grössere Klarheit über ihr Denken und Fühlen gewinnen. Es entsteht ein Klima von Vertrauen und Sicherheit, welches empathische Prozesse fördert.
- 3) *Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte*: Indem Beratende wahrgenommene affektive Reaktionen verbalisieren, können Ratsuchende ihre Gefühle besser erkennen und sich mit ihnen auseinandersetzen. Die Beratenden signalisieren, dass sie die Emotionen wahrnehmen und sie akzeptieren. Beidseitige empathische Reaktionen können ebenfalls thematisiert und reflektiert werden.

Sozialarbeitenden stehen weitere Techniken im Bereich Beratung und Kommunikation zur Verfügung. Sie sind hilfreich in der täglichen Arbeit mit den Ratsuchenden. Beratungssituationen und -beziehungen können damit aktiv gestaltet werden und nicht zuletzt dienen sie auch einer bewussten Steuerung von empathischen Prozessen.

## **4.2 Empathiearbeit**

Im Vorhergegangenen wurden drei Ebenen der Empathiegestaltung näher beleuchtet und ausgewählte Aspekte beschrieben. Kapitel 4.2 beschäftigt sich mit Steuerungsmöglichkeiten von empathischen Prozessen auf den beschriebenen Ebenen.

### **4.2.1 Empathiesteuerung auf der Persönlichkeitsebene**

Ein Zitat von Rudolf Sanders (2004) lenkt den Blick auf eine notwendige Persönlichkeitsarbeit von Beratenden:

Zentral für die menschliche Begegnung in der Beratung ist die Persönlichkeit des Beraters. Auch er ist ein Mensch der Postmoderne, hat Schwierigkeiten im Gestalten naher Beziehungen, wendet implizite Beziehungsregeln an, derer er sich nicht bewusst ist. Um all dem auf die Spur zu kommen, sich des eigenen Verhaltens immer mehr bewusst zu werden, damit es zum Wohl und nicht zum Schaden für Ratsuchende gereicht, ist es notwendig, sich durch Selbsterfahrung ein Bild darüber zu verschaffen, wie man selbst Beziehungen gestaltet. (S. 800)

Neben beruflichen Kompetenzen bestimmt die Persönlichkeit der Sozialarbeitenden wesentlich den Beratungsablauf und den Empathieprozess. Hier stellt sich die zentrale Frage, inwieweit die beratende Person unweigerlich ihre individuell ausgeformten, veränderungsresistenten Persönlichkeitsstrukturen mit in die Beratung bringt oder inwiefern sie sich doch beeinflussen lassen. Grundlegende Persönlichkeitsveränderungen sind nur schwer zu erreichen. Von Professionellen der Sozialarbeit darf aber erwartet werden, dass sie eine möglichst grosse Kenntnis über die eigenen Persönlichkeitsstrukturen und ihre Wirkung verfügen. Von Spiegel (2006) fordert als Grundkompetenzen für den Beruf die Fähigkeit zur Selbstbeobachtung und zur Selbstreflexion. Dazu gehört eine realistische Einschätzung der eigenen Schwächen und Stärken.

Als geeignetes Reflexionsinstrument, um Handlungsmotive, emotionale Anteile und blinde Flecken des eigenen Handelns auszuleuchten, bietet sich die Supervision an. (S. 101) Hilfreich kann auch ein reger Austausch in einem Team sein. In Intervision und Austausch im Team können nicht nur Arbeitsweisen besprochen, sondern es kann auch über Struktur und Wirkung der eigenen Person nachgedacht werden. Dies bedingt allerdings ein Klima von Vertrauen, Transparenz und Toleranz.

Entscheidend ist immer wieder die individuelle Selbstbeobachtung. Die bewusste Wahrnehmung des eigenen Handelns und der Wirkung der eigenen Person ist anspruchsvoll und verlangt nach eingeplanten Reflexionszeiten und Reflexionsinstrumenten, um nicht wegen der alltäglichen Belastung auf der Strecke zu bleiben. Reflexion bewirkt zwar keine eigentliche Umgestaltung der Persönlichkeit, sie fördert aber einen bewussten Umgang mit persönlichen Eigenheiten und integriert sie in eine durchdachte berufliche Haltung. Trotzdem werden sich Sozialarbeitende immer wieder mit eigenen Persönlichkeitsmerkmalen konfrontiert sehen, die einer Beratung nicht nur dienlich sind. Aus psychoanalytischer Sicht formuliert das Schmidbauer (2007) wie folgt: „Alle unsere Einsichten in diese frühen Schicksale helfen uns wahrscheinlich, gelassener mit dem zu leben, das unseren Versuchen widersteht, es aus der Welt zu schaffen“ (S. 14).

Wenn sich die Empathiewippe bedrohlich auf die eine oder andere Seite neigt oder dort schon den Boden erreicht hat, deutet dies auf grössere persönliche Defizite der Beratenden hin. Überstarke oder ausbleibende empathische Prozesse sind die Folge von problematischen Persönlichkeitsstrukturen. Die Folgen können gravierend sein. Nicht nur die eigentliche Hilfestellung ist gefährdet, auch für die Beratenden selber drohen schwerwiegende Konsequenzen wie Überforderung, Sinnkrisen, Frustration, Motivationsverlust oder ein eigentliches Burn-out-Syndrom. Mehren sich die Anzeichen für ein starkes Ungleichgewicht der Empathiewippe, verlangt dies eine rechtzeitige Reaktion. Allerdings werden Anzeichen oft von den Betroffenen und ihrer Umgebung ignoriert oder herabgespielt. Schmidbauer (2007) formuliert das wie folgt: „Während die Angehörigen der helfenden Berufe danach trachten, ihren KlientInnen zu versichern, dass es keine Schande ist, Symptome aufzuweisen und Hilfe anzunehmen, scheint es nicht wenigen Helfenden schwer zu fallen, dieser Maxime selbst zu folgen“ (S. 33).

Als Hilfestellung bietet sich bei weniger gravierenden Problemen die Aufarbeitung in der Intervision oder in einer Supervision an. Bei fortgeschrittenen Ausbildungen von Über-Identifikation oder Vermeidungsverhalten wird sich die Empathiewippe kaum mehr so einfach ins Gleichgewicht bringen lassen. In diesem Fall ist eine Behandlung durch PsychologInnen oder andere Fachpersonen angezeigt.

#### 4.2.2 Empathiesteuerung durch die berufliche Haltung

Einstellungsänderungen bei Menschen erfolgen grundsätzlich aufgrund von Erfahrungen oder dem Erwerb von neuem Wissen. Das gilt im Feld der beratenden Sozialarbeit auch für die beruflichen Haltungen. Allgemeine Lebenserfahrungen oder neue Erkenntnisse im Beruf können den Anstoss geben, um bestehende Haltungen und Einstellungen in Frage zu stellen und zu verändern. Erfahrungen erweitern direkt das „Wörterbuch der motorischen Akte“ um neue Einträge und ermöglichen den Spiegelneuronen, aktiv zu werden (vgl. S. 25). Nur wenn eine beobachtete Handlung oder Emotion im neuronalen System gespeichert ist, kann sie einen empathischen Prozess auslösen. Somit verstärken neue Erfahrungen die Empathiefähigkeit auf unmittelbare Weise.

Modifikationen der beruflichen Haltung sollten aber nicht auf einer unbewussten und willkürlichen Ebene geschehen. Professionelle Haltungen zeichnen sich eben gerade dadurch aus, dass sie reflektiert und zielgerichtet sind. Die Entwicklung und Modifikation von beruflichen Einstellungen muss deshalb begleitet sein von Selbstbeobachtungs- und Selbstreflexionsprozessen. Sie finden primär auf der individuellen Ebene statt. Eine Kombination mit einer Supervision oder einem regen Austausch im Team ist auf jeden Fall hilfreich. Bei der Entwicklung von professionellen Haltungen ist eine solide Aus- und Weiterbildung von grosser Bedeutung. Dabei geht es nicht nur um die Vermittlung von Fachwissen und Methoden, sondern es braucht Gefässe, in denen sich angehende und praktizierende Sozialarbeitende intensiv mit ihrer eigenen Persönlichkeit und ihren individuellen privaten und beruflichen Einstellungen und Motivationen auseinandersetzen können.

Wichtig für die Herausbildung einer beruflichen Haltung ist Fachwissen. Neue Informationen über eine Person oder eine Sache verändern die Haltung dazu massgeblich. Ein vertieftes Wissen über das Wesen der Empathie fördert eine berufliche Haltung, die der Komplexität des Phänomens gerecht wird. Durch die Berufsausbildung und Weiterbildungen kann ein solides Fundament geschaffen werden. Die eigene Erfahrung des Autors zeigt aber, dass im reich befrachteten Ausbildungsplan der angehenden Sozialarbeitenden nur wenig Raum für das Empathiethema vorhanden ist. Vorliegende Arbeit belegt, dass das Thema von grosser Relevanz für das Berufsfeld ist und gleichzeitig einen vertieften Einblick in das Phänomen bietet.

Empathieprozesse sind in der Beratung nicht nur von erheblicher Bedeutung, weil sie die Beratungsbeziehung mitformen, sondern sie erlauben den Sozialarbeitenden auch eine zweite, intuitive Sichtweise auf ihre KlientInnen. Mit der Fähigkeit zur Empathie, wie sie auf neurophysiologischer Basis durch die Spiegelneurone ermöglicht wird, verfügt der Mensch nach Joachim Bauer (2005) über eine geniale direkte Möglichkeit, um einen unmittelbaren Aufschluss über den inneren Zustand der Mitmenschen zu erhalten. Informationen über deren Absichten, Empfindungen und Gefühle stehen unmittelbar und sofort zur Verfügung, ohne dass unser Bewusstsein aufwändige Konstruktionen oder gedankli-

che Analysen ausführen muss. Das System der Spiegelneurone erzeugt spontanes, vorgedankliches und intuitives Verstehen. (S. 146 / 147)

Sozialarbeitende besitzen mit ihrer angeborenen Fähigkeit zur Empathie ein System, das von grossem Nutzen für eine ganzheitliche Erfassung der AdressatInnen ist. Das intuitive Erfassen der KlientInnen muss dabei in einer Kombination mit kognitiven Prozessen stehen. Eine optimale Orientierung ergibt sich nach Bauer (2005) nur dann, wenn beide Methoden in Kombination angewendet werden, da beide ihre Schwächen haben. Eine rein kognitive oder intuitive Erfassung von KlientInnen ist lücken- und fehlerhaft. (S. 147) Die beiden Sichtweisen können sich gegenseitig ergänzen oder korrigieren und erlauben somit eine zuverlässigere Sicht auf die Befindlichkeit und die Situation von Ratsuchenden. Ein vertieftes Wissen über die zugrunde liegenden Vorgänge hilft empathische Prozesse zu erkennen, zu verstehen und für eine gelingende Hilfestellung nutzbar zu machen.

#### 4.2.3 Empathiesteuerung durch Fachkompetenzen

Kommunikative Fähigkeiten und ein solides Repertoire an Methoden und Techniken gehören zum Handwerkszeug von Sozialarbeitenden. Mit diesen Instrumenten werden Beratungen geplant und gestaltet. Die Werkzeuge dienen auch dazu, empathische Prozesse zu ermöglichen, zu erkennen und zu steuern. Von elementarer Bedeutung ist die Berufsausbildung. Angehende Sozialarbeitende müssen die *Ausbildung* mit einem gut gefüllten methodischen Werkzeugkasten verlassen. Da Empathieprozesse in der beratenden Sozialarbeit eine grosse Bedeutung haben, braucht es im Methodenkoffer auch geeignete Werkzeuge zum Umgang mit Empathie. Einige davon wurden in Abschnitt 4.1.3 vorgestellt. Keine noch so gute Ausbildung kann aber auf alle Ausprägungen und Schwierigkeiten des Berufsalltags vorbereiten. Obwohl empathische Prozesse im ganzen Berufsfeld verbreitet anzutreffen sind, hängt ihre spezielle Ausgestaltung sehr stark vom individuellen Arbeitsplatz, Auftrag, Zielpublikum und institutionellen Kontext ab. Hier hilft gezielte *Fachausbildung*, welche den spezifischen Anforderungen gerecht wird.

Neben einem kritischen Umgang mit der eigenen Persönlichkeit und einer soliden beruflichen Haltung gehören die Fachkompetenzen zur wichtigsten Grundausstattung von Sozialarbeitenden. Die Werkzeuge sind aber nur hilfreich, wenn sie auch benützt, gepflegt und weiter entwickelt werden. Die Wichtigkeit von steter und zielgerichteter *Weiterbildung* zeichnet sich deutlich ab. Der Umgang mit Empathie braucht viel persönliche Einsicht, „kommunikatives Fingerspitzengefühl“ und berufliche Kompetenzen und verlangt vom Sozialarbeitenden eine stete Auseinandersetzung und Weiterentwicklung.

Die evolutionäre Errungenschaft der Empathiefähigkeit ist für jegliche Form von sozialem Zusammenleben von fundamentaler Bedeutung und ermöglicht Kooperation und prosoziales Verhalten. Im Berufsalltag von Sozialarbeitenden findet sie ein breites Wirkungsfeld. Beratende werden unweigerlich auf die eine oder andere Weise mit empathischen Prozessen konfrontiert werden. Durch den bewussten Umgang mit ihrer persönlichen Empathiefähigkeit und dem Einsatz von geeigneten Methoden können Beratende den evolutionären psychischen Mechanismus zum Wohle der KlientInnen nutzbar machen.

### *Zusammenfassung*

*In Beratungsbeziehungen entstehen empathische Prozesse. Sie können für eine gelingende Hilfestellung nutzbar gemacht werden, zumal sie auch eine zusätzliche intuitive Sichtweise auf das Innenleben der KlientInnen zulassen. Geprägt werden empathische Prozesse primär von der Persönlichkeit der Beratenden. Hier gibt es nur beschränkte Eingriffsmöglichkeiten, da eigentliche Persönlichkeitsveränderungen nur schwer zu erreichen sind. Es darf aber von professionellen Beratenden eine vertiefte Selbstbeobachtung und Selbstreflexion gefordert werden. Sie kann auf der individuellen Ebene, im Team oder in einer Supervision gefördert werden. Gerät die Empathiewippe nachhaltig aus dem Gleichgewicht und sind Beratungen von Über-Identifikation oder Vermeidung geprägt, empfiehlt sich die Unterstützung durch Fachpersonen. Ein zweiter wichtiger Einflussfaktor auf empathische Vorgänge ist die berufliche Haltung. Sie wird massgeblich durch den Erwerb von Wissen und Erfahrungen geprägt und erlaubt einen zielgerichteten und reflektierten Umgang mit Empathie. Ein vertieftes Wissen über die Mechanismen der Empathie ist ausgesprochen hilfreich. Aus- und Weiterbildungen sind wesentlich für die Entstehung einer professionellen Haltung. Sie muss in einem stetigen Prozess immer wieder reflektiert und modifiziert werden. Hier sind die Instrumente der Intervention oder Supervision von grossem Nutzen. Eine dritte Möglichkeit der Einflussnahme auf empathische Vorgänge erhalten Sozialarbeitende durch ihre berufsspezifischen Fähigkeiten und Methodenkenntnisse. Gute kommunikative Fähigkeiten fördern den bewussten Umgang mit Einfühlung. Es existieren verschiedene Techniken, die empathische Prozesse erfassen, unterstützen oder kanalisieren. Der Umgang mit Empathie verlangt von Sozialarbeitenden eine ganze Reihe von Fertigkeiten auf verschiedenen Ebenen. An diesen Kompetenzen muss immer wieder gearbeitet werden und fachspezifische Aus- und Weiterbildungen leisten dazu einen wertvollen Beitrag. Mit den Möglichkeiten zur bewussten Einflussnahme auf empathische Vorgänge kann das „evolutionäre Geschenk“ der Empathiefähigkeit seine volle Kraft zum Wohle der KlientInnen entfalten.*

---

## FAZIT

---

Die Fähigkeit zur Empathie ist eine allgemeine menschliche Eigenschaft, welche durch die stammesgeschichtliche Entwicklung entstanden ist. Sie gehört zu den evolutionären psychischen Mechanismen, welche sich als überlebensfördernd erwiesen haben, weil sie dem Individuum eine verbesserte Anpassung an seine (soziale) Umwelt ermöglichen. Es können intuitiv Befindlichkeiten anderer Individuen erfasst und nachempfunden werden. Dadurch wird es möglich, ihre Absichten zu erkennen und Handlungen vorauszusagen. Die Prozesse werden dabei unvermittelt und reflexartig ausgelöst, sobald Emotionen oder zielgerichtete Handlungen bei anderen Menschen wahrgenommen werden. Auf neurophysiologischer Ebene ist das System der Spiegelneurone für diesen Mechanismus verantwortlich.

Die effektive Ausgestaltung der empathischen Prozesse bis zu ihrer allfälligen Umsetzung in prosoziale Handlungen wird von verschiedenen inneren und äusseren Faktoren mitbestimmt. So ist die Persönlichkeit der empathischen Person von grossem Einfluss. Der eigene Wille und Intellekt, die eigenen Emotionen aber auch die physische Konstellation der Person wirken sich massgeblich auf die Intensität und Gestalt von empathischen Prozessen aus. Ungünstige Konstellationen können den Fluss unkontrollierbar anschwellen oder aber zu einem Rinnsal verkümmern lassen. Auch äussere Faktoren, wie die eigene Situation des Empathischen oder die Umweltbedingungen, wirken regulierend. Empathie hat mit Sicherheit eine stark motivierende Wirkung auf prosoziale Handlungen, welche zu einer Verbesserung der unbefriedigenden Situation eines Gegenübers führen.

Für das Berufsfeld der beratenden Sozialarbeit haben empathische Prozesse eine grosse Bedeutung. In den intensiven und oft auch emotional geprägten Beratungsgesprächen werden Sozialarbeitende auf verschiedene Weise mit dem Phänomen der Empathie in Berührung kommen. Aus der vorliegenden Arbeit lassen sich folgende grundlegende Berührungspunkte zwischen Empathie und beratender Sozialarbeit herauskristallisieren:

*Die Beratungssituation löst empathische Prozesse bei Sozialarbeitenden aus.*

*Affektvermittelte Empathie:* Sozialarbeitende nehmen ihre KlientInnen intensiv und umfassend wahr. Sie können dabei mit heftigen emotionalen Reaktionen konfrontiert werden. Ihre Beobachtung aktiviert das System der Spiegelneuronen, und es kommt zu einer unmittelbaren und unkontrollierbaren Auslösung von empathischen Prozessen. Der Mechanismus wird als *Affektansteckung* bezeichnet.

*Situationsvermittelte Empathie:* Sozialarbeitende bemühen sich, die Lebensumstände ihrer Klientel möglichst umfassend und detailliert zu verstehen. Durch die immer lebensnähere Vorstellung der Situation von Ratsuchenden entsteht eine *Perspektiveninduktion*, die ebenfalls spontan empathische Reaktionen auslöst.

*Empathische Prozesse werden durch die Person der Sozialarbeitenden geprägt.*

Ist der empathische Fluss einmal in Gang gekommen, wird er bei Sozialarbeitenden durch verschiedene innere und äussere Einflussfaktoren überformt. Dazu gehört insbesondere die individuelle Ausprägung der Persönlichkeit, die basierend auf ihren angeborenen Anlagen durch die Sozialisation herausgebildet wurde. Einen wesentlichen Einfluss auf das empathische Geschehen haben aber auch die berufliche Haltung und die Fachkompetenzen der Beratenden. Dazu kommen verschiedene äussere Einflüsse, wie die private und berufliche Situation der Sozialarbeitenden und weitere Umweltbedingungen.

*Empathie eröffnet Sozialarbeitenden eine zusätzliche Sichtweise auf ihre KlientInnen.*

Die spontane Einfühlung in das Gegenüber ermöglicht den Sozialarbeitenden eine Innenansicht ihrer KlientInnen, die auf kognitiven Wegen in dieser Intensität und Unmittelbarkeit nicht möglich ist. In Kombination mit der gezielten Erfassung der Lebenslage von KlientInnen können intuitiv-empathische Vorgänge eine zusätzliche Sichtweise liefern, die das Gesamtbild ergänzt oder korrigiert. Um die intuitiven Wahrnehmungen mit den kognitiven Sichtweisen zu kombinieren, braucht es eine sehr bewusste Beobachtung und Reflexion der empathischen Sichtweisen.

---

*Empathie motiviert Sozialarbeitende.*

Empathische Prozesse erzeugen einen Spannungszustand in den Beobachtenden, dem sie nur entkommen können, indem sie die Situation der Hilfebedürftigen verbessern. Somit ist Empathie eine stark motivierende Quelle für prosoziales Handeln. Empfinden Sozialarbeitende Empathie mit den Ratsuchenden, erhöht das die Motivation für eine Hilfestellung erheblich. Natürlich sollten Sozialarbeitende aus ihrer beruflichen Haltung grundsätzlich motiviert sein, aber eine Unterstützung durch empathische Prozesse kann zusätzliche Ressourcen mobilisieren. Da aber nicht alle KlientInnen in gleichem Masse Empathie erzeugen, darf es trotzdem nicht zu Ungleichbehandlungen führen.

*Die empathische Haltung der Sozialarbeitenden fördert den Beratungserfolg.*

Eine bewusste Förderung der eigenen Empathiefähigkeit und ihr Einbringen in die Beratung ermöglicht ein Arbeitsklima, das für die KlientInnen von Nähe, Vertrauen und Sicherheit geprägt ist. Sie fühlen sich verstanden, akzeptiert und geborgen. In einem solchen Klima wird es für die Ratsuchenden möglich, sich ihren Problemen in aller Tiefe zu stellen und in Kooperation mit den Professionellen Lösungsansätze zu entwickeln.

*Sozialarbeitende steuern und nutzen empathische Prozesse.*

Die Entstehung von empathischen Prozessen geschieht unwillkürlich und ist nicht steuerbar. Im weiteren Verlauf bieten sich für Sozialarbeitende verschiedene Möglichkeiten der Einflussnahme. Durch Selbstbeobachtung und Selbstreflexion wird der Einfluss der eigenen Persönlichkeit auf den Prozess erkennbar und, bis zu einem gewissen Grad, kontrollierbar. Durch den Erwerb von Wissen und Erfahrungen entsteht eine berufliche Haltung, welche zur Steuerung eingesetzt werden kann. Ein vertieftes Wissen über Wesen und Funktion der Empathie ist hilfreich. Die professionelle Haltung muss immer wieder reflektiert und weiter entwickelt werden. Im Weiteren braucht es fachliche Kompetenzen, insbesondere im Bereich der Kommunikation. Ein Methodenkoffer mit Instrumenten zur gezielten Empathiebeeinflussung gehört zur Grundausstattung von Sozialarbeitenden. Aus- und Weiterbildung sind von zentraler Bedeutung.

---

*Empathie im Übermass behindert die sozialarbeiterische Beratung.*

Persönliche Defizite bei Sozialarbeitenden können zu einer Über-Identifikation mit den KlientInnen führen. Eine solche Konstellation wird oft mit dem Begriff des Helfersyndroms umschrieben. Zu viel Empathie beeinträchtigt die Autonomie der KlientInnen und führt zu Abhängigkeiten. Aber nicht nur der Beratungsprozess kann darunter leiden oder ganz scheitern, auch für die Beratenden ergeben sich negative Konsequenzen. So kann es zu Frustration, Überforderung oder gar zu einem Burn-out-Syndrom kommen.

*Ausbleibende Empathie erschwert die sozialarbeiterische Beratung*

Mangelnde Empathie (oder das gänzliche Ausbleiben derselben) wirken sich negativ auf den Beratungsprozess aus. Die KlientInnen fühlen sich zurückgestossen und unverstanden. Es entsteht keine Basis für eine vertrauensvolle Auseinandersetzung mit den eigenen Problematiken und durch das Ignorieren der emotionalen Ebene fehlt ein wichtiger Teil zu einer ganzheitlichen Sichtweise der KlientInnen. Für die Beratenden können berufliche und private Probleme entstehen, wenn es zu Motivationsverlust, Sinnkrisen bis hin zum Berufsabbruch kommt.

Zum Abschluss soll noch einmal das enorme Potential betont werden, auf das Sozialarbeitende (und natürlich alle Menschen) durch die Fähigkeit zur Empathie zurückgreifen können. Die Einfühlung ist eine mächtige Kraft, die das Zusammenleben in sozialen Systemen konfliktfreier, konstruktiver und lebenswerter macht, indem sie Kooperation, Hilfeverhalten und soziales Engagement fördert. Obwohl sie grundsätzlich spontan und intuitiv entsteht, ist Empathie in ihrer weiteren Ausformung und Wirkung durchaus beeinflussbar und nutzbar. Sozialarbeitende sind somit in empathischen Vorgängen nicht einfach „Marionetten einer inneren Programmierung“. Sie haben im Gegenteil gerade durch ihre beruflichen Qualifikationen eine erhöhte Einflussmöglichkeit auf den Vorgang. Um aber Empathie wirklich für einen gelingenden Beratungsprozess nutzbar zu machen, braucht es von den Professionellen ein grosses Mass an bewusster, kritischer und zielgerichteter Arbeit an der eigenen Persönlichkeit, der beruflichen Haltung und den Fachkompetenzen. Empathie wird damit zur Basis für eine wirkungsvolle Unterstützung von Hilfsbedürftigen und Ratsuchenden.

---

# LITERATURVERZEICHNIS

---

- AvenirSocial (2006). *Berufsbild der Professionellen Sozialen Arbeit*. Bern: Autor.
- Basch, Michael (1963). Empathic understanding: Review of the concept and some theoretical considerations. *Journal of the psychoanalytic association*, 1963 (31), 257-266.
- Bauer, Joachim (2005). *Warum ich fühle, was du fühlst – Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneuronen?* (10. Aufl.). Hamburg: Hoffmann und Campe Verlag.
- Belardo, Nando et al. (1999). *Beratung – eine sozialpädagogische Einführung*. (2. Aufl.). Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Bilsky, Wolfgang (1989). *Angewandte Altruismusforschung (Analyse und Rezeption von Texten bei Hilfeleistung)*. Bern, Stuttgart, Toronto: Verlag Hans Huber.
- Bischof-Köhler, Doris (1989). *Spiegelbild und Empathie – Die Anfänge der sozialen Kognition*. Bern, Stuttgart, Toronto: Verlag Hans Huber.
- Breithaupt, Fritz (2009). *Kulturen der Empathie*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Chrismar, Douglas (1988). Empathy and Sympathy: the important difference. *The Journal of Value Inquiry* 1988 (22), 257-266.
- Ciaramicoli, Arthur P.; Ketcham, Katherine (2000). *Der Empathie-Faktor – Mitgefühl, Toleranz, Verständnis*. München: Deutscher Taschenbuchverlag.
- Dawkins, Richard (1978). *Das egoistische Gen*. Berlin: Springer Verlag.
- Eagly, Alice H.; Chaiken, Shelly (1993). *The psychology of attitudes*. Fort Worth: Harcourt Brace Jovanovich.
- Eisenberg, Nancy; Miller P. A. (1989). Relation of sympathy and personal distress to prosocial behaviour. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989 (57), 55-66.
- Eysenck, Hans Jürgen (1970). *The structure of human personality*. London: Methuen.
- Friedlmeier, Wolfgang (1993). *Entwicklung von Empathie, Selbstkonzept und prosozialem Handeln in der Kindheit*. Konstanz: Hartung-Gorre Verlag.
- Fröhlich, Werner D. (2000). *Wörterbuch Psychologie* (23. Aufl.). München: dtv Verlag.
- Gierer, Alfred (2002). Biologie, Menschenbild und die knappe Ressource „Gemeinsinn“. In Herfried Münkler & Harald Bluhm (Hrsg.), *Gemeinwohl und Gemeinsinn – Zwischen Normativität und Faktizität* (S. 19-36). Berlin: Akademie Verlag.

- Gregusch, Petra (2005). *Allgemeine Beratungstheorie – transprofessionelle oder professionspezifische Methode?* Zürich: Hochschule für Soziale Arbeit.
- Gutberlet, Michael (1991). Personenzentrierte Gesprächsführung: einfach, aber nicht leicht. *Sozialarbeit, 1991* (3), 16-22.
- Hackney, Harold; Cormier, L. Sherilyn (1993). *Beratungsstrategien und Beratungsziele* (3. Aufl.). München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- Kircher, Veronica (1992). Nähe und Distanz im helfenden Prozess. *Jugendwohl, 1973* (6), 263-271.
- Körner, Jürgen (1998). Einfühlung: Über Empathie. *Forum der Psychoanalyse, 1998* (14), 1-17.
- Lazarus, Richard S. (1994). *Emotion and Adaptation*. Oxford: Oxford University Press.
- Lück, Helmut E. (1975). *Prosoziales Verhalten*. Köln: Kiepenheuer & Witsch.
- Lüssi, Peter (1998). *Systemische Sozialarbeit* (4. Aufl.). Bern: Haupt Verlag.
- Meyer, Wulf-Uwe; Reizenzein, Rainer; Schützwahl, Achim (2001). *Einführung in die Emotionspsychologie – Band 2* (2. Aufl.). Bern: Verlag Hans Huber.
- Moser, Ulrich; Von Zeppelin, Inka (1996). Die Entwicklung des Affektsystems. *Psyche, 1996* (50), 32-84.
- Murgatroyd, Stephen (1994). *Beratung als Hilfe – Eine Einführung für helfende Berufe*. Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Morina, Naser (2009, 24. April). *Psychotrauma: Erkennen und Umgang*. Vortrag gehalten am Ausbildungstag Schweizerische Flüchtlingshilfe SFH zu Migration und Trauma, Bern.
- Nestmann, Frank (2004). Beratungsmethoden und Beratungsbeziehung. In Frank Nestmann & Frank Engel & Ursel Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung- Band 2: Ansätze, Methoden und Felder* (S. 791-796). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Preston, Stephanie D.; de Waal, Frans B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioural and Brain Sciences, 2002* (25), 2-72.
- Rizzolatti, Giacomo; Sinigaglia, Corrado (2008). *Empathie und Spiegelneuronen? – Die biologische Basis des Mitgefühls*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Rogers, Carl R. (1973). *Entwicklung der Persönlichkeit*. München: Klett Verlag.
- Rogers, Carl R. (1985). *Die nicht-direktive Beratung*. Frankfurt: Fischer Verlag.
- Rosemann, Bernhard; Kerres, Michael (1986). *Interpersonales Wahrnehmen und Verstehen*. Bern, Stuttgart, Toronto: Verlag Hans Huber.

- Sanders, Rudolf (2004). Die Beziehung zwischen Ratsuchendem und Berater. In Frank Nestmann & Frank Engel & Ursel Sickendiek (Hrsg.), *Das Handbuch der Beratung- Band 2: Ansätze, Methoden und Felder* (S. 797-807). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Sachse, Rainer (2006). *Persönlichkeitsstörungen verstehen – Zum Umgang mit schwierigen Klienten*. Bonn: Psychiatrie Verlag GmbH.
- Schmidbauer, Wolfgang (2007). *Das Helfersyndrom – Hilfe für Helfer*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Schmocker, Beat (2004). „Soziale Arbeit“ – Das gemeinsame „Dach“ der Berufsgruppen „Sozialarbeit“, „Sozialpädagogik“ und „Soziokulturelle Animation“. Referat gehalten am 27.08.2008. Hochschule Luzern Soziale Arbeit.
- Schröder, Annette (2004). Psychologie und Beratung. In Frank Nestmann & Frank Engel & Ursel Sickendiek (Hrsg.). *Das Handbuch der Beratung – Band 1: Disziplinen und Zugänge* (S. 52-59). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Schwab, Frank (2004). *Evolution und Emotion – Evolutionäre Perspektiven in der Emotionsforschung und der angewandten Psychologie*. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Stimmer, Franz (2000). *Lexikon der Sozialpädagogik und Sozialarbeit*. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH.
- Universität Erlangen (ohne Datum). *Didaktik der Sozialkunde – Downloads – Empathieansatz*. Gefunden am 4. Juni 2009 unter <http://www.didsoz.ewf.uni-erlangen.de/Downloads/WertpB%20Texte/Empathieansatz.doc>
- Von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen (1998). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Von Spiegel, Hiltrud (2006). *Methodisches Handeln in der Sozialen Arbeit* (2. Aufl.). München: Ernst Reinhardt GmbH & Co KG Verlag.
- Wöhrle-Chon, Roland (2001). *Empathie und Moral – Eine Begegnung zwischen Schopenhauer, Zen und der Psychologie*. Frankfurt am Main: Peter Lang, Europäischer Verlag der Wissenschaften.
- Zaboura, Nadia (2009). *Das empathische Gehirn – Spiegelneuronen? als Grundlage menschlicher Kommunikation*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.